

道藏精華第四集之三  
文山遜堂蕭天石主編

青島出版社印行

# 道藏精華

大道破曉直指  
玄微心印三峯丹訣  
內金丹心法秘旨



道藏精華第四集之三  
文山遯叟蕭天石主編

大 道 破 疑 直 指  
玄 微 心 印 · 三 峯 丹 訣  
內 金 丹 心 法 秘 旨

自由出版社印行





道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

大道破疑直指合刊  
樵陽經金丹妙訣

自由出版社印行



道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

# 大道破疑直指

自由出版社印行



## 大道破疑直指序

孔子於論語有曰：「學而時習之，不亦悅乎？」究其所學者何？所習者何？」千古來註疏者千百家，多未得其正解。蓋其所學所習者，道也。以其所學所習者爲「道」，爲天地之道，爲聖人之道，故方能使「有朋自遠方來，不亦樂乎？」以其可相與同進於道，而復偕忘於道也。故夫子曰：「志於道，依於仁，據於德，遊於藝。」又曰：「道不可須臾離，可離，非道也！」又曰：「朝聞道，夕死可也！」由此可證道之尊，道之要，與乎聞道之難也。設聞道矣，則須進而學之習之，使能聞而得之，得而成之，成而證之。既證道矣，則自我與道合。與道合一，則自卽我卽道，卽道卽我！道在而我亦永在矣。道與天地同流，與宇宙同化，而我亦自得與天地同流，與宇宙同化矣。人而如此，則人自在道中行，而絕不致「須臾離道」也！斯之謂道化人生，斯之謂極人生之大，而配天地，竝日月，贊化育，絕時空，而化化無已，生生無息也。斯之謂大道，斯之謂三家所共之大道。有二卽非真！法可萬殊，體則一本；說法說術，說方說訣，雖各有異，要皆爲方便法門耳！及其升堂入室，莫不通而爲一；最上一

乘，一亦不立，道亦無道！故曰：道不可道，道不可傳，道不可受，道不可得！無傳無受，無道無得。默而識之，寂而證之；一無所知而無所不知，一無所悟而無所不悟，一無所得而無所不得，一無所成而無所不成；斯之謂大知大悟大得大成！

大道破疑直指，共選刊書十種，首輯劉悟元老人之象言破疑上下二卷，係本大易之大象而直言丹道之正旨，全書共揭圖凡四十幅，依圖解象，本圖象而敷陳易道，據大道而指迷破疑，言言見真，字字扣竅，非於魏伯陽之周易參同契深造有得，於九乘丹法修持有成有證者，難能道得一語。次收陰符天機經及陰符經淺解，使深者能識其深，淺者能悟其淺，利鈍皆入，無或遺也。再次錄金丹四百字與黃庭經之淺解，二書均係丹家所必究之書。最後殿之以樵陽經與樵陽子語錄及濟陽子秘傳金丹心法，均為坊間罕見之秘笈，循之以修，皆可直成正道而無可置疑者。茲適再版之始，特贅數語如右，並為之增列目錄及頁次，以利讀者之查檢焉。

中華民國六十四年三月十日文山遯叟蕭天石於石屋艸堂

# 大道破疑直指選刊書目

大道破疑直指蕭序	一
一、象言破疑卷上（清·悟元子劉一明著）	一
二、象言破疑卷下（清·悟元子劉一明著）	一三
三、陰符天機經（陰符經道解·見宋高似孫子略）	三一
四、陰符經淺解（冲盈子滕雲山著）	三九
五、金丹四百字解（清·悟元子劉一明解）	七一
六、黃庭經解（清·悟元子劉一明解）	九三
影刊樵陽經金丹妙訣合刊例言	一〇一
1. 新鐫道書樵陽經金丹妙訣目錄	一〇七
2. 圖——無極圖說 太極圖書 玄牝門說 坐丹圖	一〇九
3. 下手功夫	一一三
4. 煉藥神功	一二五
5. 女功修煉	一二七

書目

四

6. 白玉蟾祖師樵陽經後序	一二九
七、樵陽子語錄（玉真子劉頤真述）	一三三
八、太上道祖日用經	一四七
九、金丹妙訣（濟陽子秘傳心法）	一五一
十、大道指迷直辨（洗心子著）	一六七
附輯：怡情小錄（清·馬大年述）	二五三
增訂：道家養生要旨概述（蕭天石述）	二五九



悟元老人著

象言破疑

象言破疑序

丹經萬卷皆象言也象言者非直言非明言非空言非異言乃有物有則言指有証取象演直之言後人不究其意正執其象在儒者讀之以為怪誕不經在道者讀之以為包皮外象甚至有執象猜疑百般做作流於曲徑邪行自傷性命者不可枚舉噫是豈古聖先賢取象立言之意乎易曰法象莫大乎天地愛莫大乎四時懸象著明莫大乎日月丹經皆本周易而作其藥物火候俱借天地日月四時以發揮其奧妙若以丹經象言為怪誕為包皮易有風雲雷龍虎牛馬鹿羊龜雉之象與夫眇能視跛能履乘其墉朋黨簪履滅鼻困於株木戴鬼一車剗羊無血等象亦將以為怪誕包皮乎悲夫正道失傳已久不自今始余自遇真師之後取諸家丹經披此參看寔有得乎象言之意因將所得於師者盡洩於泰悟蘭真原旨等書之內猶恐學者難於貫通又著象言破疑一書繪圖畫像細分是非掃旁門而指正道息邪說而辯真妄此則余之本願見是書者當思死人亦能說生術勿以糟粕笑棄為幸甚

時

嘉慶十六年歲次辛未春王正月棲雲山素樸老叟悟元子劉一明自敘於洗心亭

象言破疑卷上

棲雲山悟元老人著

門人魏陽誠刊梓  
後學劉卜雲重刊

象言說

修真之學古經多言無為之道而於有為之道罕言之但無為之道惟上智者頓悟圓通一了百當立躋聖域其次中下之人性質愚鈍根塵深識見少若行無為之道力量不及決不能萬緣俱空直登彼岸後漢魏伯陽仙翁羣易道而作參同契度引中下之流以有象譬無象以有形喻無形始有金丹之名鉛汞砂銀烏兔龍虎嬰姤藥物爐鼎烹煉等等法象之說自後成道羣真皆祖參同而作丹經以演妙理其意皆欲後之學者因此以參彼借彼以証此耳無如後之學者不究寓言之意不推取象之理見金丹鉛汞鼎爐之說疑為服食而遂流於爐火見烏兔龍虎之說疑為臟腑而遂流於存想見他家我家陰陽男女之說疑為閨丹而遂流於採取見逆順顛倒之說疑為強作而遂流於運轉見修性無為之說疑為寂滅而遂流於頑空見修命有為之說疑為擺弄而遂流於執相等門戶皆是以鹿為馬以鳥作鸞不但無益於性命而且有害於性命是豈祖師當年取象喻言之意乎夫象者像也言其此物而象彼物彼事而象此事也試以眼前人人共見共知之事物論之譬如烹煎飲食鍋即鼎也烹煎即爐也鍋中貯水龜底燒火火本上焰水本下流今鍋中之水在上龜底之火在下水火顛倒彼此相濟而飲食熟成此凡水凡火相濟之象也人之剛性躁多動動則屬火柔性緩多靜靜則屬水用柔以養剛以剛而就柔剛柔相當不躁不緩歸於中正大道易成此神水神火相濟之理也取凡水凡火相濟之象以喻神水神火相濟之理而其理顯然矣又如有人本來家業豐富不守本分化費財產將盡忽然自知悔過苦心勞力重務生活漸次積聚財物由少而多終必家業復舊此還元返本之象也人身精神靈氣本來充足圓滿交於後天順其造化費精勞神元氣衰敗原本消耗道盡若知改頭換面懲忿窒慾開邪存誠漸次用功終有歸根

復命之時此還元返本之理也。取世人還元返本之象以喻修道還元返本之理。而其理顯然矣。又如世間男女相配兩而合一。即能生子。孫此人道生生不已之象也。人身陰陽相當兩而合一。即能生佛。生仙。此丹道生生不已之理也。借人道生生之象以喻丹道生生之理。而其理顯然矣。丹經皆是借象以喻理。教人從象上辨別所行之理。非是教人背乎理。而於象上做作也。今人不窮其理。只認其象。悲哉。丹經象言極多。學者須宜由象以窮理。得象忘言。得意忘象。其庶幾乎。

順逆說

舉世之人皆知順行之道。而不知逆運之道。何為順順其造化也。何為逆逆其造化也。順造化則生。人生物生。老病死輪迴不息。逆造化則成仙成佛。不生不滅。壽同天地。凡人自父母成胎。生身以後。二八數足。交於後天內。而七情六慾迷其真。外而萬緣萬事勞其形。認假為真。以邪為正。以苦為樂。順其所欲。無所不至。將本來精神三寶消化。迨盡將原有圓明真性。全然昧却。不到咽喉氣斷之時。不肯休歇。以故生生死死。萬劫沉淪。所謂閻王不叫。自投其死也。若是大智慧人。逆運造化。不為造化所拘束。不為陰陽所陶鎔。不為萬物所牽引。不為萬緣所遷移。在大火裡栽蓮。泥水中拖船。借世法而修道。法依人。道而金。天道將歷劫塵根盡皆拔去。把後起客氣一概掃蕩。命由自主。不由天主。復還當年乾元面目。縣去輪迴。超出三界。為金剛不壞之物矣。但這個順中運逆天機。有口傳心授之秘。必須真師指點。非可私猜而知。世間學人恃自己螢火之明。管窺之見。記下幾句話。頭看過幾宗公案。自謂知道。再不求人。人前賣弄。滿口亂談。以己盲而引人盲。罪過罪過。又有一等糊塗漢。認不得真師。朝王暮李。學些小乘工夫。亦負有道。即有明人在前。不肯低心下氣。亂作亂為。或心氣下降。腎氣上升。為逆行。或運氣後升。前降。為逆行。或逆精補腦。為逆行。或閉氣定神。為逆行。或採陰補陽。為逆行。或男下女上。為逆行。如此等類。千門萬戶。皆是背逆聖道。非是逆運造化。盡是取死之道。非是至生之道。殊不知逆者。逆回於父母生身之初也。如人離家遠出。而又逆回於家之謂。雖云逆行。其寔是順理而行。乃逆中之大順。因其與常人所行相反。故謂是逆。

旁門曲徑感於逆之一字而遂在肉皮囊上萬般作為到底落空豈不愚哉

### 藥物說

丹經子書所言採藥物烹煉金丹皆是先天無形無質之真非世間有形有質之藥亦非人身有形有質之物蓋因其人自有生以後認假失真將本來圓成之寶消化造毒一身純陰滿腔邪氣如大病臨身待時而死不有真正靈藥療治如何返陰為陽保全性命也真正靈藥真何藥先天真一之氣也先天精炁神三寶也先天真一之炁又名真種子此炁不落於色象至無而含至有至虛而含至實真空妙有統攝精氣神三寶三寶亦非有形之物乃無形之真王蟾翁云其精不是交感精乃是玉皇口中涎其氣即非呼吸氣乃知却是太素炁其神即非思慮神可與元始相此肩雖分三家總歸於先天一氣三家合而成一氣一氣分而為三家採藥者即採此一氣三寶還真火煅煉成丹點化一身萬般陰氣歸於純陽清淨無垢無塵之原物如人有病用藥醫治而成好人矣所謂藥物者譬象也後世學者見丹經藥物之說誤認為有形有質之物而遂採取山中草藥配合服餌冀冀長生或採取五金八石煅煉丹藥服餌妄想飛升殊不知有形之藥僅能治有形之病而不能治無形之病若欲治無形之病非採先天真一之氣餘無他術矣參同云同類易施工分非種難為巧悟真云竹破須將竹補宜抱難當用卵為之萬般非類徒勞力爭似真鉛合聖機真鉛即先天真一之氣也觀此一切認凡藥為仙藥者可以悟矣

### 火候說

丹經子書所言火候乃喻其修持工夫次序之準則也蓋修持功力有先後有緩急有進退之時候不得宜先者而後宜後者而先不得宜急者而緩宜緩者而急不得宜進者而退宜退者而進亦如爐火燒藥有文武進退止足之時候故修真用功次序取象為火候也但用功火候不拘年月日時時刻刻行之宜先而即先宜後而即後宜急而即急宜緩而即緩宜進而即進宜退而即退隨時變通毫髮不得有差所謂宜先者先嚴於內也宜後者後禦其外也宜急者急於用功也宜緩者緩於溫養也宜進者陽未足而須

象言破疑

卷上

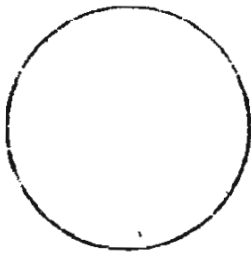
二

進陽宜退者陰方生而須退陰此即火候之實理非工家子時進陽火午時退陰符卯酉二時宜沐浴之說亦非冬至進陽火夏至進陰符春分秋分宜沐浴之說夫天有天子午卯酉人有人之子午卯酉豈可以天之子午卯酉而即是人之子午卯酉乎人身子午卯酉刻刻皆有古經云不必天邊尋子午身中自有一陽生蓋以陽生即子陰生即午陽與陰合即卯陰與陽合即酉所謂活子午卯酉也豈是天邊死子午卯酉乎金丹四百字云火候不須時冬至不在子及其沐浴法卯酉亦虛比悟真篇云總識朱砂與黑鉛不知火候也如閑大都全藉修持力毫髮差殊不結丹曰冬至不在子曰卯酉亦虛比曰毫髮差殊不結丹可知非天邊子午卯酉矣如是天邊子午卯酉是十二時只有四時修持所餘八時棄之不用豈能毫髮無差乎入藥鏡云二日內十二時意所到皆可為見年月日時時刻用功修持防危意毫人隨時加減變通用功耳豈是教人依六十四卦次序而行乎悟真云卦中設象本儀形得象忘言自明舉世迷徒唯執象却行卦氣望飛升讀書須要會古人取象立言之意意已得而象可忘矣意自修真之道千經萬典皆象言也雖取象不一總以發明陰陽順逆藥物真假火候準則而已其外再無別說予自得師指示實悟的象中之意不敢自私愚公諸知者之士因將丹經要之條括出繪圖傳真分

胎中面目

無極

無形無色



本生身處

無聲無臭

人當父母未生身以前男女陰陽二氣交感之時有冥之中有一點生機自虛無中來所謂先天真一祖氣者是也此氣入於精血之內陶鎔精血混而為一無形而即生形無質而即生質內而五臟六腑外而五官百骸變之化之皆自然而成全雖懷胎之婦亦莫知其所以然也後學不知此理或疑人在胎中聯帶通於母氣母呼亦呼母吸亦吸漸次變化成形者非也夫呼吸之氣乃後天之氣後天之氣焉能變化精血而成形况呼吸之氣焉能入於胞胎之中殊不知母胎中只有先天一點祖氣渾渾淪淪始而凝胎既而養胎終而全胎始之終之皆此祖氣成就之別



無加雜當時也雖有人形而無人道天地萬物水火刀兵俱不能傷七情六慾五賊四相俱不能近究到實處只一虛空而已古仙教人修道返於父母未生身以前

混混沌沌

始極

生身之初

清清靜靜

統後天後天順先天先後混成混混沌沌無識無知一真而已古仙教人窮取生身處即窮取生身之初即窮取嬰兒面目也迷人不知妄言生身處是婦人產門者非也夫生身之初嬰兒面目純白無玷是聖賢胚胎仙佛根芽故飛鳥不搏虎兇不傷益不搏不傷者以其無心也無心則生死不得倚穴何患此即始極之義始極者始之極也交於後天雖與後天相混純是先天管事因其在始之極由無而方始也

無私無欲

太極



先後合一

不色不空

人自嬰兒漸長能行能走能言能語隨人指引名曰孩兒又名孩提之童嬰兒無識無知孩兒已有識有知未免浮雲點太空矣有識有知是由始極漸至太極矣太極者大之極大極則必小陽極則必陰之時但小未來陰未生耳小未來陰未生尚是先天用事後天伏藏雖有識有知根塵尚未發客氣尚未侵飢只食寒只衣喜怒哀樂隨興隨滅富貴窮通不知不

象言破疑

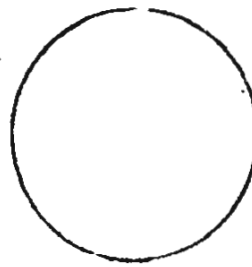
卷上

三

曉順其自然絕無雜念亦是聖賢胚胎仙佛根芽愚人不知以孩兒為嬰兒者非也嬰兒是赤子孩兒是童子雖然皆具天真而身分高低不一知識無有各別故古仙皆以返本還元為嬰兒本來面目也取孩

陰陽分判

陰陽兩分

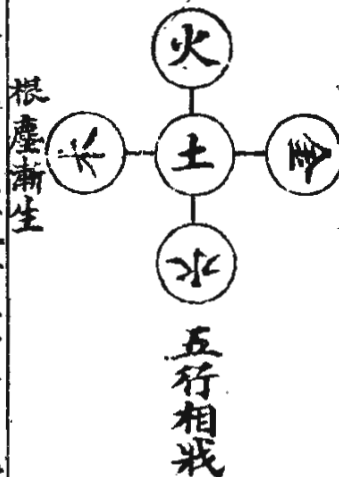


靈數開  
善惡分

二八數足

更有十八九歲而洩精者歲數多寡不等可知二八之數不論人之年歲乃言氣之盈滿也



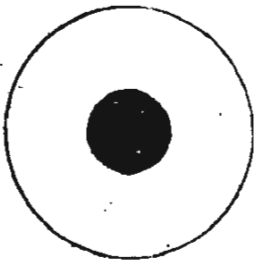
五行分位



兒面目亦失矣愚人不知以五臟分五行者非也夫五臟者有形有質之濁物為後天五行之旅屬非先天五行之德園若以五臟即是五行五臟如何能分能合且五行有先天後天之別先天本於生身以前後天出於生身以後先天生聖後天生人兩個五行雖分先後皆是活的非有定位豈可以五臟之濁物

陰陽一分於是五行亦亂矣五行者金木水火土之五氣也五行在先天則土生金金生水水生木木生火火生土五行一氣發而為仁義禮智信之五德在後天則土剋水水剋火火剋金金剋木木剋土五行相戕發而為喜怒哀樂德之五賊五行相合則五德備而陰陽混一五行分散則五賊興而陰陽駁雜五行一分識神漸起根塵漸發真者退位假者當權孩



煉己築基	純陰無陽	後天用事
<p>克己復禮</p>  <p>德念空豁 滌塵洗垢 閑邪存誠</p>	<p>陰氣不純</p>  <p>陽氣消盡 油涸燈滅 髓竭人亡</p>	<p>氣質之性發</p>  <p>根象之氣入 陽中生陰</p>
<p>復禮之功能德念空豁克己復禮則無思無慮不動不搖根本堅固即如起屋必先築基基地堅固木料</p>		
<p>陰陽判五行分後天一交先天退位於巽秉受氣質之性發外來習染之塵生六根門頭門門招賊七情雙種種生火純白之體漸漸陰氣入內矣陰氣一入陰氣漸長陽氣漸消長而又長消而又消順其所欲無所不至矣愚人不不知以氣質之性為真性者非也真性者天命之性屬於先天有益於人氣質之性者人生之性出於後天有損於人豈可以後天之性即先天之性乎</p>		
<p>後天用事陰進陽退日復一日年復一年內而萬念作殃外而萬物牽引內外加攻陽氣消盡一身純陰三寶耗盡魂魄難存不死豈能之乎愚人不知以數盡命絕委之於天者非也夫人生所依賴者陽氣也一點陽氣不盡不死一點陰氣不純亦不死順其陰氣消滅陽氣自尋死路與天何涉也以上七圖皆順行造化生人之道也</p>		
<p>修真之道返還之道也返者我已去而又來之謂還者陽已失而復得之義是於純陰之內而返還其本來真陽也人自後天用事一身純陰先天陽氣消化追盡不有返還之功何能無者而復有失者而仍得耶返還之功莫先於煉己築基煉己者煉其塵根根塵氣質偏性與夫一切習染客氣即德念空豁克己</p>		

# 象言破疑 卷上

四

磚瓦由人做作無不負載也煉己即在築基之中築基不在煉己之外愚人不知以煉己為守心築基為閉精者非也夫煉己之功方畢若未到陰盡陽純之時而煉己之功不可歇若謂守心閉精即是煉己築基豈能金丹之大事乎古仙云還丹在一時煉己須十月於此可知非守心閉精矣

天良真心



黑中有白  
雌裡懷雄

煉己時還要真鉛

非也夫真心無心無心之心方是天良之心有此天良之心何難於己之不能克去乎百字碑云動靜知宗祖無事更尋誰黃鶴賦云雞內七般朱砂無真種則時時難留三丰云築基時須用素籙煉己時還要真鉛祖宗真種素籙真鉛皆天良真心之別名噫天良真心豈易知哉若有知之者則得其而萬事畢矣

陽長陰消



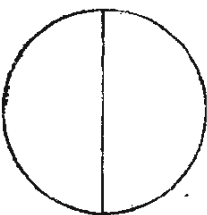
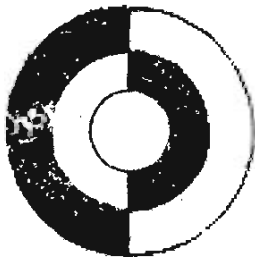
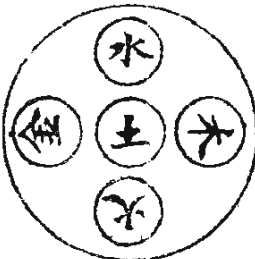
振發道心  
消化人心

陽氣日漸增

陰氣日漸減

煉己築基非是強制強作苦力用功必先要認的天良真心借此真心以煉己則黑暗之中即有一點陽氣發現號曰真靈真靈若現是非邪正判然分明不為物欲所牽不為塵緣所染煉己甚易倘認不得真心則邪正不分是非罔辨是以心制心終是人心用功強制強作所謂却除妄想重增病趨向真如是差如何到無己之處愚人不知誤認人心為真心者認的天良真心主人公穩坐中央為道日減為功日增陽氣漸長陰氣漸消長而又長消而又消直到無可長消處方為極功愚人不知以靜坐無為寂滅頑空妄想陽氣自長陰氣自消者非也夫還丹者陰中復陽也若以靜坐無為寂滅頑空而欲復陽陽豈能自來陰豈能自退悟真云總識朱砂與黑鉛不知火候也如開大都全藉修持可知進陽退陰之道矣

象言破疑 卷上

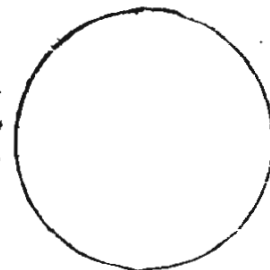
渾然一氣	陰陽混合	攢簇五行
<p>始極</p>  <p>物我皆空</p> <p>嬰兒面目</p>	<p>太極</p>  <p>陽中有陰</p> <p>陰中有陽</p> <p>即孩兒面目</p>	<p>五行一氣</p>  <p>四象和合</p> <p>三家歸一</p> <p>五德俱備</p>
<p>陰陽返還於混成孩兒面目已復從此運天然真火煅去後天餘陰歸於無識無知地位神藏氣聚所謂男兒有孕者是也這個胎孕即是嬰兒面目即是生身受氣處亦即始極亦即太乙含真氣感人不識紅鉛猶梅子服食吞食想結聖胎者非也若謂紅鉛梅子能結聖胎不過所結者血塊肉團促死之鬼胎而已其他何望乎</p>	<p>物所能凝結哉</p> <p>五行從陰陽中分出五行攢簇合而為一即是陰陽合而為一陰陽混合金丹有象仍是孩兒面目但不過後天之氣猶未化去耳然雖是未化去先天返還後天即順亦是不能為禍從此再下一重功夫金丹可成矣愚人不識或心腎相交或任督相會或男女相交為陰陽混合者非也未金丹先天虛無之氣凝結而成者豈後天氣血有形之物所能凝結哉</p>	<p>陽長陰消還要知的攢簇五行五行攢簇大道可望攢簇之功是在後天五行中返出先天五行也後天五行彼此相尅也先天五行彼此相生也返者於相尅之中而致相生也五行相生渾然天理是五行一氣四象和合也愚人不知以意引心腎之氣上下相交運肝肺之氣左右相會為攢簇五行者非也夫五臟之氣皆有形之物有形之物後天滓質有成亦有壞如何凝結永久不壞之命寶哉</p>

# 象言破疑 卷上

五

太 空 虛 無

無 極



未 生 身 面 目

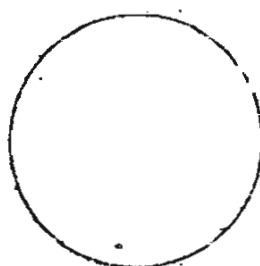
天 地 歸 空

有 無 不 立

聖胎凝結再加十月溫養之功運天然真火熏蒸烹煉由微而著由嫩而堅羣陰剝盡胎圓丹成瓜熟蒂落忽的打破混沌迸出清淨法身跳入太虛無之境超出乎三界之外矣此即未生身以前面目亦即無極面目道歸無極形神俱妙與道合真大丈夫之能事畢矣愚人不知或對鏡演神或默想頂門或面壁忘形出陰神之類者非也金丹脫化之神乃為陽神其一切靜功所出之神乃為陰神陽神萬載長在不生而不滅陰神未經火煉拋身又入身千門萬戶若不得金丹大道點化雖能陰神出入自便知前曉後難逃輪迴所謂饒君千萬劫終是落空亡也以上七圖皆逆行造化修仙之道也

十四圖中順行逆運二事大略可知以下拈出緊要要言分判邪正指出實義以示學者諸如此類可以意會矣

圓陀陀光灼灼



色空不着  
誠明兼該

淨保保赤洒洒

日月同光明豈凡世有質之物能成哉

金者堅剛永久不壞之物丹者圓滿光淨無虧之物  
古仙借金丹之名以喻本來圓明真靈之性也此性  
在儒則名太極在釋則名圓覺在道則名金丹名雖  
分三其實一物儒修之則為聖釋修之則為佛道修  
之則為仙三教聖人皆以本來真性為成道之本也  
愚人不知或用五金八石煅煉成藥為金丹者非也  
真性在大造爐中經火煅煉成熟與天地同長久與

天之地之心

天



黑白相符

陰陽相合

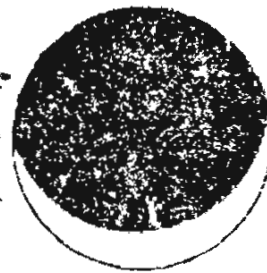
寂然不動  
感而遂通

之心或以靜心為天地之心或心住中宮為天地之心者皆非也夫頑心者後天私欲之人心動心則着  
於有靜心則着於無住心又着於象此等之心與天地之心雲泥相隔蓋以天地之心動靜如一寂然不  
動感而遂通感而遂通寂然不動豈肉團頑心之謂乎

修真第一要著須要認得天地之心天地之心即前  
所云天良真心也此心恍惚杳冥不輕現象因有虛  
室生白暗中忽明之時方露端倪天屬陽地屬陰天  
地之心乃陰不離陽陽不離陰陰陽相合之心陰陽  
合有此心陰陽分無此心非色非空即色即空非有  
非無即有即無色空無碍有無不立乃真空中之妙  
有也識得此心守而不失則大本已立其餘易事耳  
愚人不不知皆在肉團頑心上揣摩或以動心為天地

# 象言破疑 卷下

爐月偃



靜極而動

道心發現

陰裡生陽

爐者皆非也夫偃月爐乃道心之光輝此光照處諸邪皆滅能以作聖能以作仙紫陽翁云休泥丹竈費功夫煉藥須尋偃月爐又云偃月爐中玉蕊生朱砂鼎裡水銀平只因火力調和後種得黃芽漸長成於此可知偃月之義矣

鼎砂朱



至虛至靈

元神常存

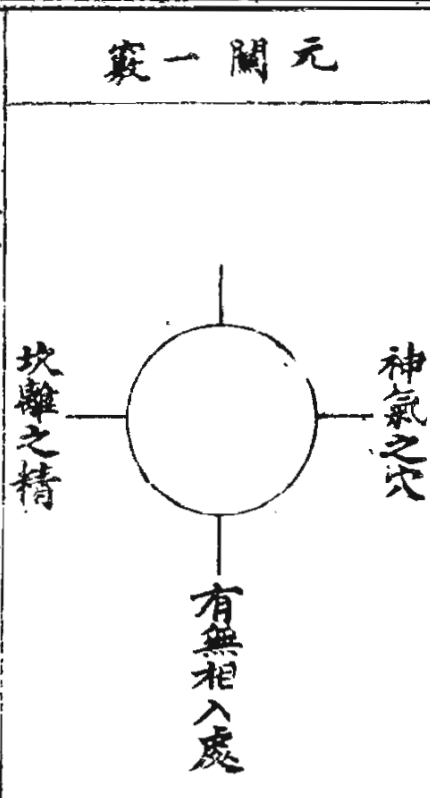
識神不起

有感有應

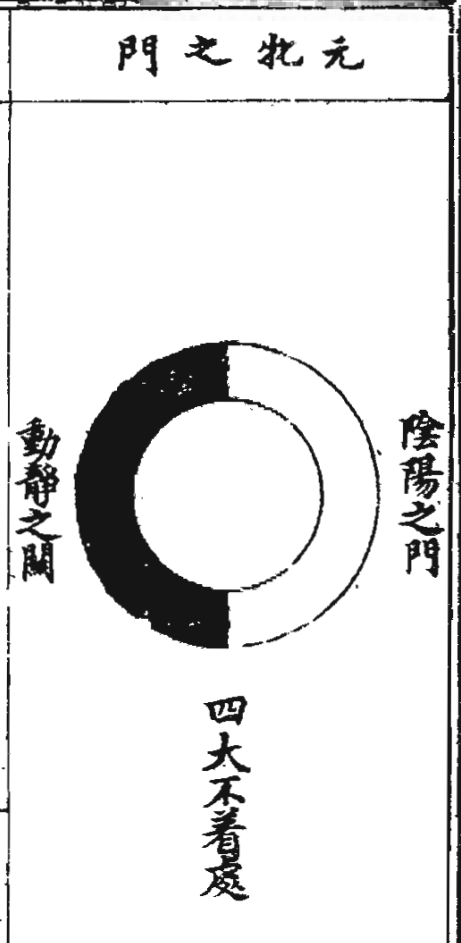
夫元神者不神之神靈而最真真而最靈昭昭靈靈之神乃神而神者雖靈有假假中之靈為輪迴之種子古仙云無量劫來生死本痴人喚作本來人生死本即識神之謂也

朱砂者火之色因其火能煅煉諸物去舊換新故人以鼎象之火之為物最靈最神無物不化喻其神明無處不照無事不成之義但神有元神有識神識神能以敗道元神能以成道蓋識神帶有愚劫根塵借元神之靈而生妄不至喪去性命而不止修行大法須要以元神而制識神識神不起則邪火滅邪火滅而真火生真火生而和氣絪縕生機不息大道可望愚人不知誤認昭昭靈靈之識神以為元神者非也

頭起處已落於後天有形之物如何稱為元關吾今與大眾分明指出在恍惚杳冥之間有無相入之際  
 悟真篇曰恍惚之中尋有象杳冥之內覓真精有無從此自相入未見如何想得成又四百字云此竅非  
 凡竅乾坤共合成名為神氣穴內有坎離精此實指元關一竅而言也



元關者至元至妙之關口又名生死戶生殺室天人  
 界刑德門有無竅神氣穴虛實地十字路等等異名  
 無非形容此一竅耳元關即元牝之別名因其陰陽  
 在此故謂元牝門因其元妙不測故謂元關竅其實  
 皆此一竅耳愚人不和或以心下腎上處為元關或  
 以臍心為元關或以尾閭為元關或以夾脊雙關為  
 元關凡此皆非也蓋元關無定位若有定位即非元  
 關陳虛白以念頭起處為元關似是而亦實非也念

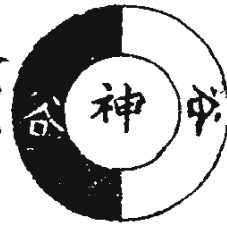


元為陽為剛為動牝為陰為柔為靜元牝  
 之門乃陰陽之竅剛柔之門動靜之關無  
 方無所無形無象彷彿曲肖虛懸一竅在  
 五行不到之處四大不着之境至無而舍  
 至有至虛而舍至實乃陰陽相合之中一  
 竅愚人不和以口鼻為元牝者非也夫口  
 鼻是呼吸出入之門非陰陽出入之門陰  
 陽相合生仙生佛已鼻呼吸之氣豈能生仙生佛乎悟真  
 云元牝之門世罕知要將目鼻妄施為者是也

# 象言破疑 卷下

二

谷神



陰陽相合

谷得一以盈

谷神常存

谷神守於黃庭則是不虛不虛焉得有神不虛無神何得名谷神悟真云要得谷神長不死須憑元牝立根基真精既返黃金室一顆靈光永不離元牝合而中即虛虛則真靈常存而不昧矣真精靈光谷神皆喻真靈之一物耳

金鼎

乾



乾剛作鼎藥不飛

玉爐

坤



坤柔為爐火不燥

所謂爐鼎者以其修道之功剛柔兩用方能濟事亦如燒煉家有鼎不可無爐有爐不可無鼎鼎爐俱備方能成藥也

鳥克

離日



既驅二物歸黃道

藥物

坎月



怎的金丹不解生

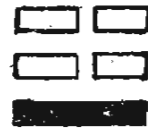
日中有金為陽中之陰月中有玉克為陰中之陽日在卦為離外陽內陰喻其剛中有柔之義月在卦為坎外陰內陽喻其柔中有剛之義金丹之道惟取剛中之柔柔中之剛兩味真陰真陽大藥鎔化一氣而成丹曰藥物者以其真陰真陽能以返老還童延年益壽也至於龜蛇蟠結



水火相濟亦是此理不過隨便取象以証真陰真陽合一之道耳愚人不不知疑於爲兌二字或口吸日精月華或眼接日精月華者非也夫天有天之日月人有人之日月人身真陰真陽即人之爲兌日月也天邊日月精華與我相遠怎能採來如曰能採則所採者身外邪氣又必內得膨脹外則失明無益有損矣

龍虎相會

震木



龍從東海來  
虎向西山起

兌金

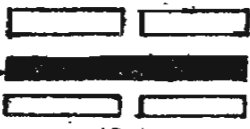


兩獸戰一場  
化作天地髓

龍肺爲虎運肝肺之氣於臍心或於丹田或於黃庭以爲龍虎交媾者非也殊不知肝肺之氣皆後天有形之氣不但不能凝結一處即強團聚積久成毒無法醫治自促其死豈不愚哉

坎離顛倒

坎



離



水火相濟

取將坎位心中寶

點化離宮腹內陰

靈知兩而合一耳愚人不不知指腎爲坎心爲離運腎氣上交於心心氣下降於腎爲顛倒坎離又有採取

象言破疑 卷下

三

# 象言破疑 卷下

三

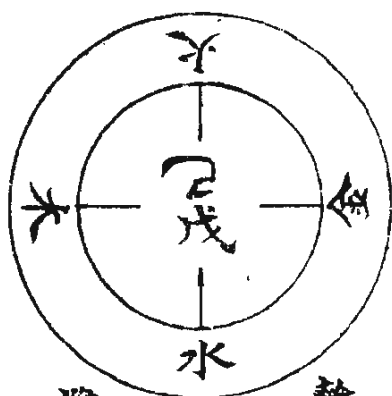
閨丹以男女作嬰兒姤女男下女上為坎離顛倒又燒煉家以黑鉛制水銀或爐下煨火鼎上貼水為坎離顛倒水火相濟者凡此皆非也夫修真之道修其真也一切有形滓質邪行醜事之類假而不真何能成真哉

## 五行顛倒

坎	離
兌	震
五行顛倒術 虎向水中生	五行不順行 龍從火裡出

前運後為五行顛倒者非也殊不知一身純陰內而心肝脾肺腎外而眼耳鼻舌身盡是假物咽喉氣斷一堆臭穢骨肉那有一件是真若以此假物妄想了性了命焉乎能之

## 黃婆媒婆



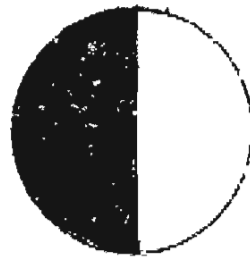
離含四象不成丹

離坎若還無戊己

黃婆者中央土母以其能調陰陽能和四象故名黃婆丹書借此以喻人之真意中真信能以和性情養精神之義真意真信即吾身中之黃婆所謂黃中通理者是也愚人不知以意運五臟之氣會合為黃婆媒婆又有造孽之輩用能言老婦調戲男女行淫取處女首經梅子為黃婆媒婆者大非也夫真土無位真意無形無物不生無理不具能以會三家攢五行故名黃婆媒婆豈意念之意作妖老婦之謂乎

二 八 兩 弦

上弦金八兩



兩弦合其精

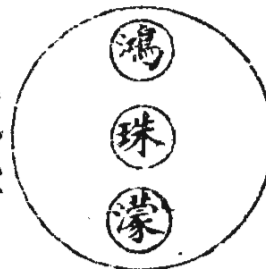
乾坤體乃成

下弦水半斤

雨水銀半斤為二八兩弦之藥料而燒煉服食者皆非也四百字云上弦金八兩下弦水半斤兩弦合其精乾坤體乃成兩弦者一陰一陽也乾剛為陽坤柔為陰陰陽相配乾坤體成丹元有象於此可知矣

先天天地

黍 米 珠



太乙含真氣

不色不空

氣名曰靈氣一氣為體即是真室真靈為用即是妙有真氣真靈真室妙有名雖有異只是一真此真無形無象無聲無臭不可以言傳不可以筆肖彷彿形容不過一黍米之微故古仙皆稱此真為黍米寶珠雖云黍米而實無黍米之形因其有一點靈氣隱於中央故名黍米因其有一點黍米之靈而混沌虛空三界無不包故名黍米珠究到實處總是鴻濛未判之始氣也愚人不知以女子首經中梅子為黍米珠

象言破疑

卷下

四

# 象言破疑 卷下

四

又工夫家神存明堂久而眼光散外為黍米皆非也夫鴻濛未判之黍珠為生聖生賢成仙成佛之靈寶  
豈濁血之物存想之光所可能哉四百字云混沌包虛空虛空包三界及尋其根源一粒黍米大三手翁云雖不難  
不會誰不行都只在鴻濛未判一粒黍米上迷

## 火候卦象



晦明為用

陽相當雨而合一歸於混成之象而後已愚人不不知按六十四卦在年月日時上強做作用功者非也夫  
天地陰陽造化一氣流行週而復始循環無端豈從六十四卦行哉六十四卦是聖人觀天象地體陰陽  
造化而作六十四卦乃陰陽造化之解註耳人身造化與天地造化相合自有六十四卦豈可泥文執象哉

## 生我之門



西南得朋

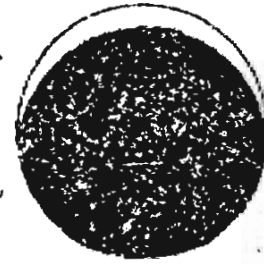
藥出西南是坤位

欲專坤位豈離人

月至西南晦極而生明西南屬坤純陰之方純陰之  
下一陽潛生有上坤下震之象在卦為復三三在月  
為偃月●皆喻其靜極之中忽有天心現露之義又  
名道心又名天良真心即前所謂偃月爐若見此心  
保守不失借之進陽退陰如貓捕鼠必至陽漸生陰  
漸退陰盡陽純則仙矣故以西南坤位為生我之門  
愚人不不知以婦人產門為生我之門者非也產門乃生  
人之處何以能生仙哉

死我之戶

陽氣將盡



東北喪朋

陰氣將純

陽則生故以生門死戶名之其實只一竅耳古仙號曰生死關雖名為關亦無方無所乃強名也悟真云須將死戶為生戶莫執生門號死門若會殺機明返覆始知害裡却生恩於此可知生門死戶之義矣

有為之數



竊奪造化

扭轉陰陽

若將此物為丹本應得飛升朝玉京紫陽翁云嘿精納氣是人行有藥方能造化生鼎中若無真種子猶將小火煮空鍋噫金蝦蟆王老鴉認得真的是作家有為之道豈易知哉

象言破疑 卷下

五

# 象言破疑 卷下

五

無為之妙

溫養十月神丹結

聖胎

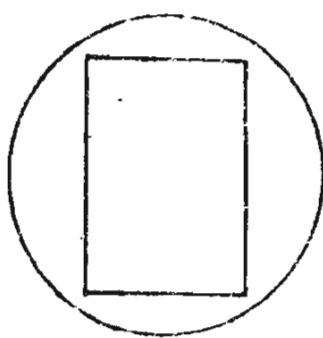
無欲以觀其妙

男兒懷胎豈等閒

先了命一無為而後了性豈空空靜坐定神而能了性命哉悟真云未煉還丹莫入山山中內外盡非鉛此般至寶家家有自是愚人識不全又云始於有作無人見及至無為眾始知但見無為為要妙豈知有作是根基於此可知有為無為各有時節各有作用大不同也

混俗和光

圓以應外



方以治內

混俗人不識

和光道易成

無為之道即無欲觀妙之功乃聖胎凝結以後之事是靜觀一氣變化之妙當聖胎凝結之後後天已返為先天只用沐浴溫養之功勿忘勿助運天然真火熏蒸變化自然無形生形無質生質瓜熟蒂落嬰兒出現而前之烹煉武火之功皆棄而不用也愚人不知未窮性命是何物修道是何事學此旁門曲徑小法乘而便入山靜坐或閉關定神以為無為者非也夫性命必須雙修工夫還要兩段兩段者一有為而

混俗和光乃大隱市朝之作用混俗者混於俗中使人不知也

和光者不和而不同在塵出塵也能混俗和光外圓而能應物內方而有主宰依世法而修道法顯晦逆順無阻無擋行道至易愚人不知或疑混俗和光是日間應事夜間靜修者非也果如是言謂之從俗則可謂之混俗則不可謂之蔽光則可謂之和光則不可蓋混俗和光之道有奪天地造化之能竊陰陽生殺之訣豈容易而知容易而行哉

十月胎圖	凝結聖胎	藥歸土釜
 <p>陰盡陽純</p> <p>神全氣足</p> <p>金液大還丹</p>	 <p>動極而靜</p> <p>聖胎</p> <p>雄裡懷雌</p> <p>養神藏氣</p>	 <p>不偏不倚</p> <p>至中至正</p> <p>陽</p> <p>陰</p> <p>三家相會</p> <p>一氣渾然</p>
<p>十月胎圖乃神全氣足根塵去盡客氣消化陰盡陽純之象猶如婦人懷胎十月方能成全丹道以十月胎圖喻之者取其聖胎凝結之後必須防危慮險沐浴溫養期必至於圓成無虧而後已非以十月為定期也愚人不知疑於十月二字或運氣或存想或凝神妄想結胎以十月為定期者非也修真</p>	<p>聖胎者聖人之胎即無識無知嬰兒本面道至無識無知有神會集萬緣俱息混沌沌入於恍惚杳冥之境自有為而入無為矣愚人不知或運心液腎氣相交於黃庭為聖胎或神存中宮為聖胎或運氣後升前降住於丹田為聖胎者皆非也聖胎無形無質雖名為胎而實無胎可見所云胎者不過形容真靈凝結不散耳若以氣血強凝成胎是乃促死之</p>	<p>土性溫柔能以養物釜主烹煎能以成物釜以土名為養物成物之器非尋常之土非尋常之釜可比藥歸土釜是喻其陰陽相合聖胎凝結溫養之功溫養聖胎全在一意不散允執厥中陰陽相當不偏不倚故亦以土釜名之究到實處只一中字耳守此中則陰陽和五行攢聖胎全失此中則陰陽偏五行分聖胎傷然則守中為溫養聖胎之妙訣也愚人不</p>



# 象言破疑 卷下

六

之道自採藥烹煉結丹結胎以至道脫化要費無限功力豈可以十月為期可知十月乃象言耳

嬰兒出



跳出三界外

身有外身

不在五行中

中之邪火絕無嬰兒之義豈得混論哉悟真篇云嬰兒是一合真氣十月胎圓入聖基四百字云夫婦交會時洞房雲雨作一載生個兒個個會騎鶴於此可知法身嬰兒之說矣

移爐換鼎



有無俱不立

太虛之鼎

無為之爐

天地悉歸空

位休歇罷功打破虛空跳上天羅之境方為了當也後之學人未得真傳或疑身外有身已於道之盡頭路者非也敲爻歌云一物無隨顯道五方透出真人貌仙童仙女彩雲迎五明宮裡

傳其語觀此而知法身不變萬化方為極功也

大道圓成身外有身形神俱妙已到大聖人地位而爐鼎無所用更何有移換爐鼎之事乎其所以移換爐鼎者仍將此法身潛藏密養變化神通耳所移者何爐所換者何鼎以太虛為鼎無為為爐而前之乾鼎坤爐朱砂鼎偃月爐一概藥物俱皆不用矣只所用者法身耳法身在虛無之中自變自化愈虛愈神愈無愈妙神妙不測變化無窮所謂子又生孫孫又枝到此地



破疑詩七言絕句五十首

離世一

世事千般俱不真，俗緣恩愛最傷身。一刀兩斷無牽扯，解脫場中作個人。

煉睡二

少睡原非煉睡魔，忘食廢寢斬藤蘿。諸緣掃去心清靜，晝夜長眠怕甚麼。

功行三

修行積德最高功，大行深感動天可。笑憑人惟利己無功少，行想成仙。

金丹四

先天本性號為丹，八卦爐中煉作團。舉世迷徒尋外藥，吞食妄想上雲端。

元關五

元關一竅少人知，恍惚杳冥含兩儀。順去流歸煩惱路，過來便是聖賢基。

識神六

思慮精靈號識神，輪迴種子帶根塵。愚迷俱把游魂弄，到底誰能見主人。

陽精七

陽精一點秘形山，認得真時可駐顏。非在心中非在腎，不空不色隱元關。

先天氣八

先天一氣在鴻蒙，無象無形不落空。認得生初真面目，方知我有主人公。

先後天九

未生身處號先天，一出頭來氣質連。先聖後人分兩路，須當仔細辨偏全。

首經十

象言破疑

卷下

七

象言破疑 卷下

七

首經本是先天寶恍惚杳冥真一精純白無疵清淨物休將濁魯冒安名

三藥十一

大藥三般精氣神有形不是本來真至清至粹虛靈物煉就金剛大法身

性命十二

性命原分先後天生身落地定偏全後天性命隨天運捉住先天我操權

天地心十三

天地之心甚處藏陰陽感激現圖光虛無鼎裡烹煎熟萬古千秋不損傷

道心人心十四

人心似鐵道心金可向微危細酌斟變化靈通無上下源頭活水別陽陰

未生時十五

未生身處有誰知靜靜悄悄混沌時四象五行皆未到渾然一氣沒雄雌

初生時十六

初生面目事如何先後二天一氣和無識無知無點染佛仙種子聖賢窩

他家十七

他家不是別人家誤認人家早大差我的孩兒迷失外一呼見面子隨爺

破我十八

經言被我辨陰陽非色非空清淨鄉採戰闔丹邪術輩烟花寨裡壞天良

侶伴十九

侶伴須分內外因身中侶伴兩三人外邊侶伴同挨佐晚盡輪迴歷劫塵

外護二十

皆尋外護望成功買鼎烹鉛亂捉風怎曉天機起俗法借他大力鎮愚情

九鼎二十一

乾元九數號純陽九鼎還丹煅煉方造孽迷徒猜女鼎決然打入鐵圍鄉

招攝二十二

招攝先天有秘方鼓琴敲竹見虛皇色聲聞處無妨碍隨手扭回北斗光

顛倒二十三

顛倒陰陽有其難當於靜裡運神觀道心不昧人心滅立地直登百尺竿

火候二十四

運火工夫本沒時朝乾夕惕斬三尸防危慮險常清靜應物不迷損益之

卦象二十五

火候經言周易卦推爻執象俱皆非大都要會陰陽理進退隨時任指揮

乾坤爐鼎二十六

乾坤爐爐在我身休從外面問原因剛柔二事無間隔煅出先天一氣真

偃月爐二十七

問道何為偃月爐黑中有白晦而蘇分明指出還丹母叫醒時人識也無

朱砂鼎二十八

修真藉賴朱砂鼎非鐵非金非是銀認得靈明些子物取新草故見元仁

土釜二十九

土釜豈由土作成中央正位是真名木金水火皆攢此養賴元珠徹夜明

斗柄三十

家言破疑

卷下

八

# 象言破疑 卷下

八

因觀斗柄運周天始悟生機在那邊扭轉脚根翻過面當時火裡現金蓮  
兩弦三十一

下弦是水上升金止是調停陽與陰果若剛柔合了當中露出涅槃心  
壬癸三十二

壬水陽分癸水陰學人幾個細追尋樞機動處分真假去濁留清產白金  
煉己三十三

修行煉己最為先絕慾忘情却萬緣六賊三彭皆剪滅乾乾淨淨一丹田  
築基三十四

志念堅牢是築基身心不動最為奇憑他禍患與災厄止水無波萬有難  
鉛汞三十五

真汞原非塵世汞真鉛不是出山鉛一情一性先天藥煅煉歸根了大還  
嬰姤三十六

姤女藏離本不真嬰兒在坎亦難遵而今說破陰陽竅能實能虛產法身  
坎離三十七

坎離莫向北南求火性飛騰水下流二物如能顛倒過水升火降結丹頭  
震兌三十八

兌非西地震非東性亂情迷氣不同會得情來歸性法霎時見我主人公  
子午三十九

子午休從日夜尋身中別有指南針陰陽動靜隨時有定裡常聽太吉音  
卯酉四十

沐浴經言卯酉時形容二氣沒偏疵遷人不曉陰陽會朝夕二分靜坐之

黃婆四十一

雌雄匹配要黃婆戊己成主造化寓若問黃婆真信息一誠感格五行和

還丹四十二

修丹為甚號還丹五氣分離俱各單明善復初皆聚會身心不動打成團

丹熟四十三

丹已還時別有方不須加減再增陽自然神火爐中煉迸出通天一粒光

聖胎四十四

聖胎非是有形胎氣聚神凝真種栽慮防危常謹慎若還大意必生災

脫胎四十五

聖胎脫化始全真十月功夫養谷神陽氣極純陰氣盡虛空跳出一仙人

有為四十六

有為豈是弄皮囊微作千般總受傷怎曉心傳真妙訣鬼神莫測扭陰陽

無為四十七

無為不是着頑空還得勿忘勿助功拔去輪迴生死種當中只有一神童

復姤四十八

陰極復陽須進大陽純將始運陰符陰符陽火無差錯煥出先天太極圖

文武四十九

猛力降魔為武煉虛心養氣是文意知凶曉吉隨時變徧地黃金耀眼明

和光五十

# 象言破疑 卷下

# 象言破疑

## 卷下

九

和光混俗秘天機大用神功真個稀常應常清常在隨時脫舊換新衣

元牝真竅說

學人欲修大道了性命莫先於認元牝之門元牝之門即元關一竅此竅有門兩扇一開一闔高九尺闊五尺門外有靈官把守內有龍虎護衛中堂一間四通八達有真人居焉蓬頭赤足身穿五色衲衣腰繫黃絲長轡手執金光如意穩坐自然牀後靠無影壁前懸玻璃燈寒光垂簾不動不搖等閒眼不輕睜口不妄開左有金童右有玉女有時睜眼光滿天地黑暗陰司無處不明有時開口氣充宇宙鬼怪邪魔盡皆遠避掌造化之權把陰陽之機握生死之簿操性命之柄人能見之誠心禮拜朝夕奉侍須臾不離真人有延命酒長壽丹得嘗之者脫胎換骨出生死但世間少大丈夫真烈士下不得的苦力耐不得長久又不窮究根本正理專在一身上下有形有象處講元關論元牝做此著空執相小法乘妄想成道悲哉果是箇真正豪傑截斷放下萬緣皆空在切身大事上留心訪拜真師結交良友存至死不變念頭元關終必知元牝終必見性命終能了學者其勉之

修真要訣

大道無為本自然工夫不到不方圓三岔路口尋真種八卦爐中煉性天沒底法船能渡海隨身藥料可延年刑中藏德人難測害裡生恩心要專四象調和歸本面五行攢簇長金蓮有增有減方為妙知吉知凶始入位脫盡牽纏塵垢物全成父母未生前修仙作佛皆由此餘二座懸俱走偏

象言破疑終

道藏精華第四集之五  
文山遯叟蕭天石主編

# 陰符天機經

自由出版社印行





# 陰符天機經

解陰符經○見宋高似孫子畧

紱曰、有其機而無其人者敗。有其人而無其道者敗。故易曰、卽鹿無虞、惟入於林中。君子幾不如舍、往吝。故聖人觀其時而用其符、應其機而制其事、故能運生殺於掌內、成功業於天下者也。易曰、君子藏器於身、待時而動。是以聖人保之於靈臺、以觀機變。卷之則自勝、舒之則勝人。察之則無形、用之則不極。易曰、陰陽不測之謂神。而陰符象之矣。故聖人不測之符、陶均天下、而無所歸怨矣。夫天爲地主、道爲德君。故聖人奉地而法天、立德而行道。舉天道而爲經首、明地以奉之。易曰、乃順承天、待時而動。是故聖人將欲施爲、必先觀天道之盈虛、後執而行之、舉事應機、則無遺策。易曰、後天而奉天時。

昌

夫聖人法地而奉天、立德而行道。居天地道德之間、建莫大之功者、未有不因五賊而成也。五賊者、其一賊命、其二賊物、其三賊時、其四賊功、其五賊神。皇帝王霸、權變之道也。是以聖人觀其機而應之、度其時而用之。故太公立霸典而滅殷朝、行王風而理周室。豈不隨時應機、驅馳五賊者也。故聖人立本於皇王之中、應機於權霸之內。經邦治身、五賊者備矣。則天下望風而從之、竭其性命而無所歸其恩怨也。乃謂之曰、有道之盜、無形之兵。嗚呼、寇莫大焉。五賊在心、擒縱在手。治身佐世、莫尙

於斯。經云見之者昌。不亦宜乎。

身

術曰。夫人心。身之主。魂之宮。魄之府。將欲施行五賊者。莫尚乎心。事有所圖。必合天道。此則宇宙雖廣。覽之只在於掌中。萬物雖多。生殺不離於術內。則明天地不足貴。以遠以厚。而況耳目之前乎。

機

夫殺機者。兩朝終始之萌。萬人生死之兆。處雲雷未泰之日。玄黃流血之時。故天之爲變也。則龍出于田。蛇游乎路。此爲交戰之機。故曰龍蛇起陸。人之爲變也。則春行秋令。賞逆罰忠。此爲顛墮之機。故曰天地反覆。天人之機。同時而發。雖千變萬化。成敗之機定矣。

藏

夫仁者必有勇。勇者不必有仁。智者能愚。愚者不必能智。故聖人時通則見其巧而建其功。時否則見其拙而昧其跡。故孔明序曰。太公八十。非不遇也。蓋審其主焉。嗚呼。性命巧拙之時。識達行藏之勢。可以觀變察機。運用五賊。所以然者。夫聖人所以深衷遠照。動不失機。觀天料人。應時而作。故易曰。知進退存亡而不失其正者。其惟聖人乎。

靜

夫九竅者。在天爲九星。在地爲九州。在人爲九竅。九竅之氣不正。故曰受邪。受邪則識用偏。識用偏

則不可發機觀變。故九竅之急在乎三要。太公曰：耳目口也。夫耳目口者，心之佐助也。神之門戶也。智之樞機也。人之禍福也。故耳無聰，不能別其音；目無明，不能見其機；口無度，不能施其令。夫三要不精，上不能治國，下不能治家。況兵者乎？懸人之性命，爲國之存亡。動靜之間，不得無事，豈可輕而用之。

### 人

夫火生於木，火發而木焚。國生於姦，姦深則國亂。亦猶蠶能作繭，繭成則殺其身。人能生事，事煩則害其命。非至聖不能修身鍊行，防之於未萌，治之於未亂。夫十圍之木，起於拱把；百仞之臺，起於足下。小惡不懼，必成大禍。嗚呼！木不相摩，火無由出；國無亂政，姦無由生。有始有終，是非不動，能知其惟聖人乎。

### 安

萬物盜天地之精以生成。人盜萬物之形以御用。萬物盜人之力以種植。彼此相盜，各獲其宜，俱不知爲萬物化。故能用機者，法此三事，以道之盜，而賊於物。物亦知爲盜之道，所以然者，貴得其時也。貴得其機也。故曰：合其時而食，則百骸治；應其機而動，則萬化安。乖時失機，則禍亂生也。

### 神

老君曰：功成不有，爲而不恃，此全生立德之本也。夫小人者，貪其財，則以身殉利；愛其名，則以力爭。

功。矜術神跡而求神名、物共嫉之、必喪其命。欲益招損、是不神矣。夫君子建大功而不恃、防小禍於未萌、退已進人、推能讓物、物共戴之、故不奪其利、自發神智、不能爭物、物共讓之、不居其後、爲損招益、是以至神矣。故老君曰、爲者敗之、執者失之、誠哉言也。

### 聖

假如千年一聖、五百年一賢、應日月之數所生、而大小之人定矣。夫大人出世、應明德而建聖功。小人當時、則廢正綱而生禍亂。故太公說於西伯、知人望而已歸周。劉琨表於琅瑯、識天時而未離晉。陵母自死、知明主之必興。括母不誅、見趙軍之必敗。故天道人事、賢者可以預知。佐非其人、夷於九族。故易曰、長子帥師、開國成家。小人勿用、必亂邦也。

### 命

夫成敗之道未形、死生之機未發、小人能見、君子能知。則易見而難知、見近而知遠也。夫見機者、則趨時而就利、皆不保其天年。知機者、則原始而要終、固必全其性命。

### 倍

譬者善聽、神不離於耳。聾者善視、心不離於目。其爲聽也、神則專耳。其爲視也、心則專目。耳之與目、遞爲用師。當用之時、利絕其一心之所主、則無事不精、猶有十倍之利。何況反覆以此用之三思、精誠一計、順時隱顯、應機行藏、以此用師、固萬倍之勝利。

物

夫人之心、無故不動。生之與死、緣物而然。物動則心生、物靜則心死。生死之狀、其惟物乎。

目

目者神之門。神者心之主。神之出入、莫不游乎目。故見機者莫不尙乎目。能知機者莫不尙乎心。

蠢然

夫道不爲萬物而生、春萬物感春氣而自生。秋不爲萬物而殺、萬物感秋氣而自殺。其爲生也、不恃其恩、不求其報。故其恩大矣。其爲殺也、不恃其威、不求其懼。其威大矣。凡物取而得之者小、不取而得之者大。故聖人不取。夫君王有道無道、則人民治亂之機。譏謠或樂或哀、則時年豐儉之兆。時人不能省察、天地乃降徵祥、或五雲騰起、七曜變行、皆因國風、是以然矣。且宋君失德、熒惑守心、及乎謝愆、退之三舍。用今儔古、皎在目前。以彼喻斯、豈勞心術。故智者悟於人事之初、而愚者晦於星象之前。

生

老君以無爲有母、靜爲躁君。夫靜者、元氣未分之初、形於元氣之中、故能生天地萬物。亦猶人宏靜其心不撓、則能生天下萬物也。

勝

勝、浸長也。天地之道、各自浸長。天則長陽也、地則長陰也、陰陽相招、一晝一夜、遞爲君臣、更相制勝、故曰陰陽相勝。夫開國用師、必侵天道、亦猶金火相交、而非交不伏也。天且弗違、而況於人乎。

順

易曰、剛柔相摩而生變化。變化不愚、故曰順也。夫人之育身治性、尙不可逆時爲之、而況經邦佐世之雄哉。

契

至聖之道、窈然無爲。無爲則無機、無機則至靜。夫律曆之妙、動則能知。體既虛無、莫得施其管術。亦猶兵者不失其機、不露其釁、雖有智士、從何制焉。

象

奇器者、陰陽之故、能生萬物。亦猶人心能造萬事、象矣。進前象、狀也。八卦六甲鬼神機密之事、剛柔相制之術、昭昭乎前列其狀矣。

## 陰符天機經終

道藏精華第四集之五  
文山遯叟蕭天石主編

# 陰符經淺解

自由出版社印行





## 序

道家書以陰符經爲最古。在老子道德經之前。舊題黃帝撰注者。太公、范蠡、鬼谷子、張良、諸葛亮、李筌凡六家。其書出於李筌。近時刻本。題漢張良注。而篇中雜引諸家。已在良後。可知仍爲李筌本也。黃庭堅謂其雜糅兵家語。子房、孔明諸賢訓注。亦多妄託。年代湮遠。殆不可攷。然太公陰符之謀。見於國策。歷代史志。周書陰符入兵家。黃帝陰符入道家。判爲兩書。今本託於黃帝爲道家之祖。其言時時合於兵法。如所謂神機鬼藏。爲行兵之妙用。實非別有一書也。朱子作者異。以爲時有精語。非深於道者不能作。又謂自然之道靜數語。雖六經之言無以加。是書爲前賢所重久矣。南甯滕君學道有年。自少時卽有宿根。歷數十載研究之功。於此書獨有真契。本其傳習。發爲論說。名曰淺解。誠有見乎性體虛靈。智愚同賦。精之爲造化所蘊藏。返之爲吾身所自具。

。故曰。觀天之道。執天之行。盡矣。又曰。萬化生乎身。胥是道也。今道家書。源遠未分。或言鑪鼎。或言符籙。不免旁門之誤。而言道之最精者。反淡漠置之。卽有讀者。亦祇視爲古書之一種。舊時六家注本。雖尚流傳。已多脫誤。得此以闡明之。以爲修行之津梁可也。以爲傳心之奧窔亦可也。予聞道晚。承命爲序。輒述其大旨於此。愧以謏陋。知無當焉。

辛巳春羅浮閣道士張學華序於澳門寓廬（時年七十九）

## 序

陰符經者。世傳爲黃帝所著。共三百餘言。其言簡而精。其理玄而微。發揮天人合一之道。闡明陰陽造化之機。揭破神機鬼藏之秘。窮究性命之源。誠爲修行之導師。學道之門徑。古今賢哲所崇尚者也。惟此經。苦無善本。沿訛已久。差謬甚多。庚辰歲。避亂香港。閒居無事。檢閱諸家註本。細心斟酌。校對訛謬。特爲編作淺解。略序數言。述其大意。公之同好。共相研究焉。是爲序。

中華民國二十九年歲次庚辰菊月望日叙於香港旅次

南甯冲盈子滕雲山書

陰符經淺解  
序

四

## 總論

陰符經者。爲黃帝明道之書也。若不以開天明道第一義示人。則爲道有所隱。第一義者。是有道人之第一境界。即學道人第一工夫。何以見之。觀天之道。執天之行。標首。乃黃帝心手注措。急欲與天下撥霧覲青。斷不肯落第二見。何也。天下汨沒於嗜欲之場。何事不錯研究竟過。其所不能見者。天道也。其所不能行者。天行也。其所不能行者。只是天行也。其所不肯行者。亦只是天行也。不知天道者。一念不留。無入而不自得。第一境界也。一塵不染。無時而不自全。是第一工夫也。天道。無欲也。無爲也。一而已矣。天行者。在俗離俗。在塵出塵。應世無染。行其所無事。無物累。無鬼責。無人怨。心空而道矣。世人非惟不到。抑亦不肯爲。其病根斷可知矣。何也。從來嗜慾之累。識者遣而去之。亦不爲難。若夫等而上。則有名。又等而上之。則有功。二者之累。較難去焉。雖然。崇實則逃名。貴德則賤功。遣而去之。猶不爲

難。若夫累之最難遣者。惟有己焉。夫功名嗜慾盡去。而知能意見之存。彼此區畛之猶隔。皆由念慮之未去。故經曰。火生於木。禍發必尅。教人克念之功也。莊子云。絕跡易。行無地難。能應世無染。難事也。此爲陰符經之要義。其次降賊。眼耳鼻身口。五賊也。心爲賊首。欲降五賊。先降其心。心降。則五賊隨之而服矣。性爲生身之本。心爲一身之主。心明而性自現。故曰。自然之道靜。天地之道浸。靜爲道體。浸爲道用。靜者常運而無積。浸者漸次而化生。天地日月星辰。皆在大氣包裹之內。如人在母腹胎中。漸次化生。四肢九竅。皮毛筋骨。五臟六腑。此皆天地造化自然之生機。其玄其妙。實不可思議者也。故曰。禽之制在氣。氣爲生物之母。能禽制先天之母氣。服而食之。以天地同永矣。盜天地。奪造化之能事畢矣。故曰。食其時。百骸理。老子云。我所異於人。吾貴求食於母。古今稱爲黃老之學者。卽宗此旨也。修道人之極功也。知天知人之學。盡在如斯而已矣。

## 陰符經

觀天之道。執天之行。盡矣。天有五賊。見之者昌。五賊在心。施行於天。宇宙在乎手。萬化生乎身。天性人也。人心機也。立天之道。以定人也。天發殺機。移星易宿。地發殺機。龍蛇起陸。人發殺機。天地反覆。天人合發。萬化定基。性有巧拙。可以伏藏。九竅之邪。在乎三要。可以動靜。火生於木。禍發必尅。

姦生於國。時動必潰。知之修煉。謂之聖人。  
天生天殺。道之理也。天地萬物之盜。萬物人  
之盜。人萬物之盜。三盜既宜。三才既安。故  
曰。食其時。百骸理。動其機。萬化安。人知  
其神而神。不知不神而所以神。日月有數。大  
小有定。聖功生焉。神明出焉。其盜機也。天  
下莫能知。莫能見。君子得之固窮。小人得之  
輕命。瞽者善聽。聾者善視。絕利一源。用師



十倍。三反晝夜。用師萬倍。心生於物。死於物。機在目。天之無恩。而大恩生。迅雷烈風。莫不蠢然。至樂性餘。至靜性廉。天之至私。而用之至公。禽之制在氣。生者死之根。死者生之根。恩生於害。害生於恩。愚人以天地文理聖。我以時物文理哲。人以愚虞聖。我不愚虞聖。人以奇期聖。我不奇期聖。沉水入火。自取滅亡。自然之道靜。故天地萬物生。

。天地之道浸。故陰陽勝。陰陽相推。而變化順矣。是故聖人知自然之道不可違。故制之以至靜之道。律歷所不能契。爰有奇器。是生萬象。八卦甲子。神機鬼藏。陰陽相勝之術。昭昭乎進乎象矣。

## 陰符經淺解

### 上篇

觀天之道。執天之行。盡矣。

蒼蒼者天。以吾人眼之所見不廣。耳之所聞不遠。何能洞達天道之玄微哉。必也憑心靈之妙悟。吾人仰觀宇宙之大。俯察物事之繁。以大言之天地。日月運行於其間。無積無滯。盈虛消長。而不失其時。陰陽變化。寒暑往來。風雲雷雨。起滅無常。此皆天地之常情。陰陽之動靜。惟天道無爲而無不爲。視之而勿見。聽之而勿聞。是故聖人觀自然之道。無所觀也。不觀之以目。而觀之以心。心深微。而無所觀。故能契自然之理。執天之行。無所執也。不執之以手。而執之以機。機變通。而無所繫。故能照自然之性。天道好平。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。聖人效法於天。淡然無欲。清虛自守。

爲而不恃。生而不有。功成而不居。知天之道。知人之學。可謂盡矣。

天有五賊。見之者昌。五賊在心。施行於天。  
宇宙在乎手。萬化生乎身。

天之有五賊。如人之有五官焉。五賊者。五氣也。金木水土火是也。變而爲風雲雷雨電。萬物見之。莫不蠢然。萌其生機。間或作不平之鳴。則飄風驟雨。迅雷烈電。亦能賊害萬物。惟出於無心。雖賊而無害。如人之五官。眼耳鼻舌口。人之言動視聽食息。皆賴之而起作用。間或有時而作不平之鳴。喜怒哀樂慾。亦能賊害人之真性。喜怒未發之前謂之中。既發而不失其常。謂之和。能中能和。雖賊而無害。故曰。天有五賊。見之者昌。昌者盛也。大也。心爲五賊之首。一切施命行令。五賊皆聽命於心。擒賊先擒王。王伏則五賊隨之而伏矣。心之爲用也大矣。虛而靈。變化不測。應變無窮。來去無踪。不疾而

速。不行而至。能聖能凡。故曰。五賊在心。施行於天。上下四圍。名爲宇。古往今來。名爲宙。聖人之心。博大精微。明白四達。故曰。宇宙在乎手。聖人之有身也。無窒無碍。無患無累。借此有形之幻身。修其無形之真性。道成德立。己立立人。先存乎己。而後施之於人。化行天下。過化存神。故曰。萬化生乎身。

## 天性人也。人心機也。立天之道。以定人也。

大道賦我以性。天地塊我以形骸。謂之人。心爲一身之主。一切應事接物。無不由心。心猶機也。萬物出乎機。入乎機。故曰。人心機也。機有生殺。人心惟危。道心惟微。可見降心養氣之功。爲古今賢哲所急務者也。心法未純。處世多患。意馬未馴。大丹難成。一部西遊記。未得五行山下。苦煉五百年之孫行者。則往西之路難進。降心之法謂何。覺、正、定、靜、空、明、淨、寂。八法而已。能悟空。則由空

生明。由明生淨。正爲萬戒之首。覺則不迷。定則不亂。心行平直。則天道立矣。人事定矣。故曰。立天之道。以定人也。

大發殺機。移星易宿。地發殺機。龍蛇起陸。  
人發殺機。天地反覆。天人合發。萬化定基。

天之將有殺機者。其星宿必移易零亂無定。此爲天之亂兆也。而將有飄風驟雨。迅雷烈電之作。有治世之責者。必須要預爲提防。修己以安百姓。故曰。天有殺機。移星易宿。龍蛟之爲物。穿地爲牢。穴地而居。不出則已。此物一出。則大地爲之陸沉。殃害百姓。以上二節。皆設譬之詞。謂小人多好亂而犯上。一得志於天下。則禍亂國家。殘害人民。何謂小人。貪欲不知止足。老氏云。知足不爭。爲餌亂之良鍼。極力提倡。知足不爭之義。禍莫大於不知足。惡莫大於可欲。咎莫大於欲得。欲念不止。則禍因從此起矣。近今世界大戰。實因一

念之貪。不知止足。恃機械之心爲萬能。失於平等。道德之心。則世界大亂矣。殺機一起。天地爲之不安。社會爲之不寧。聖人有見及此。教人效法於天。天雖有殺機。但出於無心。天生天殺。自然之理。不必用人代爲劊子手。代之必傷其手。故曰。天人合發。萬化定基。性有巧拙。可以伏藏。九竅之邪。在乎三要。可以動靜。

性無賢愚拙巧之分。祇論迷悟染淨之情。性迷竅邪。性悟竅正。竅猶門戶。有何邪正。邪正在乎心性耳。三要者。眼耳口也。以其攝受含藏。一切形色境界。染着萬物。故曰。性有巧拙。可以伏藏。眼見色境。耳聞聲音。口言是非。故道家有收視反聽之功。不聽之以耳。而聽之以眼。不聽之以眼。而聽之以心。不聽之以心。而聽之以氣。氣則虛而待物者也。物來則現。物去不留。故曰。在乎三要。可以動靜。

火生於木。禍發必尅。姦生於國。時動必潰。  
知之修煉。謂之聖人。

此章言念雖微。克守不可不慎。老氏云。其微易散。其未兆易謀。爲之於未始。治之於未亂。皆防微杜漸。克念之良法也。古人取火於木。火發反禍及其生身之本。如國內有姦佞之臣。不得志猶可。稍得其權勢。必乘時動亂。禍害國家。陷害忠良。以其好生禍亂。小人也。以上兩節。皆譬喻之意。謂人之一念。本起於自性。因一念之邪。足可以禍害其自性。一星之火。能燒萬頃之山。留芳百世。遺臭萬年。一念之邪正判然若此。念不可不慎也。是以聖人對於克念之功。不可須臾離也。可離非道也。率性之謂道。離正便是邪妄。相因對待。念動卽神離。神離則散亂。顛倒昏朦。念淨則神靜。神靜則可以鑑天地。照萬物。聖人之道。可以涉世度生。可以齊家治國。可以修身養性。皆齊於一而已矣。故曰。知之修煉。謂之聖人。



## 中篇

天生天殺。道之理也。

天無心而生物。亦無心而殺物。天地萬物。皆從氣化而有生。氣爲生物之母。如吾人感受母氣。而形成。形足而生。是不由吾人之不生。得氣者生。氣散則殺。故曰。天生天殺。此皆指色身而言。凡所有相。皆有壞滅。至於無形無相之太空。有壞滅乎。無壞滅也。聖人之心常空。而常虛。故有感應。而無染着。用之則行。捨之則藏。浩然一氣。彌滿宇宙之間。動盪乾坤。莊子之逍遙遊。老氏建常無有之義。稱爲博大真人。深得黃帝之旨。故曰。道之理也。

天地萬物之盜。萬物人之盜。人萬物之盜。三盜既宜。三才既安。故曰。食其時。百骸理。

## 動其機。萬化安。

天地人謂之三才。天盜。地盜。人盜。一盜也。先明乎天。自然明乎人。天地爲一大盜機也。以其能盜竊自然之道氣。而化育萬物。日月常運。而無積無滯。稍有積滯。則日月停矣。萬物息矣。如吾人善導引。自然之母氣。河車運轉。前降後升。呼吸先後天之氣。運行流通。借有形之物。而養其生身。盜自然之母氣。而養其真性。一氣運行。無時停息。稍有停滯。則身壞矣。故曰。三盜既宜。三才既安。聖人有奪天地造化之權。能以至虛至靜之機。而應天地常清常動常靜之變。吾人之氣專一。則神靜而和。暖然若春。如春雷之鳴。隱隱陽氣發動。此其時也。用意攝提。輕輕穿過尾閭。上俠脊至玉枕。度鵲橋。一點真氣化爲甘露。將此甘露微咽下喉嚨。送至丹田。神思暢快。百骸具理。故曰。食其時。百骸理。此皆天地造化之秘密。真人之胎

息。故曰。動其機。萬化安。

人知其神而神。不知不神而所以神。

變化不測之謂神。不疾而速不行而至。神乎其妙也。心意識之神。爲造化之機能。萬法爲識而成。可謂神矣。惟此識神。依形而有生。形存則識存。形化則此識亦隨之而化。謂世人多知人心爲造物之神奇。殊不知。此心識。全藉此真性而起作用。假使這點虛靈不昧之真性。一離開這色身。則身心塊然一物耳。靈在何處。真性無形相。世人多不知。是故至人未煉心。先養氣。氣得所養。則性靜而神和。物無不感。感無不應。故曰。不知不神而所以神。

日月有數。大小有定。聖功生焉。神明出焉。  
其盜機也。天下莫能見。莫能知。君子得之固

## 躬。小人得之輕命。

日月者。陰陽也。萬物賴之而化生。運行而不息。週而復始。惟其所行之度數。有一定不易之理。大小者。指二十八宿而言。斗宿亦隨同天地而運轉。日逆行以一年爲大週天。日繞地球一次。正月建於寅。天帝斗宿日繞地球一次。故日起於寅。順行十二時。月以一月爲一週天。月有盈虛消長。望朔之定例。聖人默契其自然之道。效法於天地。故曰。聖功生焉。神明出焉。惟天道無爲。默運其機。故天下之人少知少見。以世人嗜欲太深。故其天機亦淺。聖人則不然。神明默運。暗合乎天。故曰。君子得之固躬。小人得之輕命。

## 下篇

瞽者善聽。聾者善視。絕利一源。用師十倍。  
三反晝夜。用師萬倍。

此章教人專一神思。靜觀萬物之意。如瞽目之人。眼不能見物。而視覺之性在耳。故善聽。聾者耳不能聞聲。而聽覺之性在眼。故善視。爲道不欲雜。雜則多。多則擾。擾則憂。憂則不救。聖人處世。先存乎己。而後施之於人。未有己不能救。而欲救他人者。故曰。絕利一源。絕者。禁戒之意。塞其兌。閉其門。終身不殆。開其門。濟其事。終身不救。一者。性也。無欲也。道也。源者。如百川納於大海。雄師百萬主帥一人。千思萬慮歸於一念。念念無染。於念而離念。可謂淨之至也。故曰。用師十倍。專一神思。效驗如此之神速。勝於用

師萬倍矣。師者。導也。言教也。三反晝夜。勉勵學人。勤而行之。自然有效。故曰。三反晝夜。用師萬倍。

### 心生於物。死於物。機在於目。

心爲應物之機。萬物出乎機。入乎機。夫人生命有限。而天下之物理無窮。以有限之生命。應無窮之物理。殆矣。殆者。死也。盡也。是故至人之用心若鏡。不將不迎。應而不藏。故能勝物不傷。稍有膠滯。則其心勞而神傷。故曰。心生於物死於物。人之機在性。心之機在目。神光外洩。飛揚散亂。營營役役。如野馬浮塵。不死何待。必也反觀內照。攝神以靜。應而不藏。如此則機亡矣。機亡則神不爲目之所傷也。故曰。機在於目。

天之無恩。而大恩生。迅雷烈風。莫不蠢然。  
至樂性餘。至靜性廉。

天地孕育萬物而無心。似無恩。無心之恩大矣哉。如父母孕育嬰孩。無時獲息。愛之、護之、乳哺之。此種恩情深矣。大矣。此期時也。父母祇有愛子之情懷。而無示恩於其子。故曰。天之無恩。而大恩生。如迅雷烈風。莫不蠢然。天地之愛萬物也如此。誰云無恩乎。夫天下之尊者。富貴壽考也。所樂者。身安厚味美服好色音聲也。所惡者。貧賤夭扎也。所苦者。身不得安逸。口不得厚味。形不得美服。目不得好色。耳不得好音聲。若不得者。則大憂以懼。其爲形也。亦愚哉。夫富者。苦身疾作。多積財而不得舒用。其爲形也。亦外矣。夫貴者。夜以繼日。思慮善否。其爲形也亦遠矣。烈士爲天下見善矣。未足以活身。吾未知善之誠邪。誠不善邪。若以爲善矣。不足活身。以爲不善矣。足以活人。故曰。忠諫不聽。蹲循勿爭。故夫子胥。爭之以殘其身。不爭而名亦不成。誠有善無有哉。今俗之所爲與其所樂。吾未樂之。果樂邪。果不樂邪。吾以無爲則誠樂矣。又俗之所大苦也。

。故曰。至樂無樂。至譽無譽。天下是非果未可定也。雖然無爲可以定是非。至樂活身。故曰。至樂性餘。至靜性廉。

## 天之至私。而用之至公。禽之制在氣。

天無私覆。地無私載。日月無私照。聖人無私心。以百姓心爲心。善者吾亦善之。不善者吾亦善之。德善也。信者吾亦信之。不信者吾亦信之。德信也。聖人之在天下。惻惻爲天下渾其心。而百姓皆注目而視。傾耳而聽。而司其是非之昭昭。聖人示之以不識不知。無是無非。渾然不見有善惡之跡。一皆以淳厚之德而遇之。如嬰孩。如天地渾然一氣。以其至私之氣。彌滿六合。萬物無不感之而化生。故曰。天之至私而用之至公。此爲天地善於禽制其大氣。而化育萬物。聖人善養其浩然之母氣。而養育其真性。禽者。擒也。善攝其生身之母氣。使其專氣至柔。暖然若春。若以嬰孩之心而待天下。則無一人可責其



過者。聖人之心如此。所以不言而信。無爲而化。故曰。禽之制在氣。

生者死之根。死者生之根。恩生於害。害生於恩。

從來無有不朽之官骸。而有不朽之神理。官骸之必朽者。既有形矣。則必有毀。此數之所制者然也。神理之不朽者。以其本無質焉。斯無得而毀。此數之所不得而制者也。自有人類以來。而至於今。從未有不朽腐之人。仙家亦言尸解。則形之不足存明矣。若神明之昭垂。則聖哲雖往其靈鑒猶如一日焉。所謂薪盡火傳是也。蓋神者人人具足。不知養之則生而昏。死而散。知養之。則生而湛然自得。死而與化爲一體。生我者氣也。得氣則生。死我者氣也。氣散則死。故曰。生者死之根。死者生之根。生育我者爲恩。吾又將生我育我之恩。而生子。

厚生者。必傷其生。生傷。則害矣。故曰。恩生於害。生死同徒。恩害同根。善吾生。則足以善吾之死。明矣。

### 愚人以天地文理聖。我以時物文理哲。

世上一般庸愚之人。以天文地理爲聖人之學悞矣。天文有象。可以眼窺。地理有數。可以測度。此皆象數之學。人皆能之。聖人謂我之所學。在乎日用尋常之間。淡淡薄薄。對於一切應事接物。無執無着。事來則應。事過不留。處衆以和。任事以責。待人以敬。處己以謙。心行平直。不失乎真。如此而已矣。故曰。我以時物文理哲。

人以愚虞聖。我以不愚虞聖。人以奇期聖。我以不奇期聖。沉水入火。自取滅亡。

前章解明聖人之實學。此章謂賢德之士。若能去盡其妄私妄欲。亦可

以漸次而登聖域。所謂道不遠人。惟學者是賴耳。無奈世人嗜欲太深。其天機必淺。輕舉浮動。妄自測度聖人之高深。以爲聖人係天生特奇之人。其所妙悟。非世上一般尋常之流。所能爲也。殊不知。古今以來。所有成真得道者。皆從刻苦勤學得來。非生而知之者也。好古敏以求之者也。故曰。人以奇期聖。我以不奇期聖。期者。待也。以期待刻苦而修成者也。世界百工技藝。尚且要刻苦勤學。然後能達到其精巧之處。況無爲無作無形無相之妙道乎。必也反求之乎己。念念自知覺照。於念而離念。於言而離言。於相而離相。反之。則如人自投入火。自沉入水。自取滅亡而已。

自然之道靜。故天地萬物生。天地之道浸。故陰陽勝。陰陽相推。而變化順矣。

自然二字。爲造天地萬物之主宰。古今聖哲不能形容其萬一。老子云

。有物混成。先天地生。寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。可以爲天下母。吾不知其名。字之曰道。強爲之名。曰大。大曰逝。逝曰遠。遠曰反。故道大。天大。地大。王亦大。域中有四大。而王處一焉。人法地。地法天。天法道。道法自然。以老氏爲絕頂聰明。博大精深之理想家。而設譬之曰。有物渾成。先天地生。謂自然之大道。無有絲毫縫隙。且無聲不可聞。無色不可見。超然於萬物之上。而體常不變。流行四時。終古不窮。天地萬物皆從此中生。至妙至神。黃帝以一靜字代表之曰。自然之道靜。故天地萬物生。靜之爲義。大矣哉。靜者。天地萬物。山川河海。盡皆包羅於其內。不染不着。此爲自然之道體也。聖人效法於道。故其心之靜也。非曰。靜也。善故靜也。萬物無足以撓動其心者故靜也。水靜則明。燭鬚眉。聖人以水爲上善。靜能照己。動能利物。水靜猶明。況聖人之心靜乎。天地之鑑也。萬物之鏡也。虛靜恬淡。寂寞無爲者。天地之平。而道法之至也。

。故聖人休焉。休則虛。虛則實。實則倫矣。虛則靜。靜則動。動則得矣。靜則無爲。無爲也。任事之責矣。浸者。漸也。謂陰陽二氣。漸漸浸潤萬物。使其漸漸從無形中萌芽化生出來。萬物在氣化之中。如吾人未出世以前。浸在母腹之胞胎中。由母氣漸漸孕育而成形。形全出生。由生而漸長。故曰天地之道浸。故陰陽勝。謂人在天地之間。爲二氣所移易變遷。由長而老。由老而死。可見人不能勝天明矣。人以爲生死者。權在造化。卽是一氣之轉換耳。陰陽變易相推相移。生死亦化機之出入。凡人貪生乃至生種種愛惡。種種營求者。不懼造化笑人乎。故知無爲則順乎生死。體乎造化。其樂優矣。

是故聖人知自然之道不可違。故制之以至靜之道。律歷所不能契。爰有奇器。是生萬象。八卦甲子。神機鬼藏。陰陽相勝之術。昭昭乎進乎象矣。

此章結全經之意。謂聖人以其妙心默契自然之理。仰觀俯察天地動靜之機。執而行之。以至虛至靜之道。以待天地之化機。聖人知自然之道。不可違。天地尚不能違。何況人乎。制者。止也。造作有爲也。以吾人感受自然母氣而有生。所感受者。有限之壽命。倘若不善爲擒制之。養之煉之。則必爲萬物所耗散。散盡則化矣。養之之法爲何。先把自色身看破。名利恩愛。利養物欲。盡皆是虛假不實。放下塵緣。無物累。無是非。無鬼責。無善惡。無去來。無內外。心包萬物。而無物染之情。量同虛空。任物往來。不取不捨。如此養氣可謂真空至靜矣。故曰。制之以至靜之道。此大道無形無聲。故非律歷所能契悟也。歷者。數也。律者。音聲也。必從萬籟俱寂之妙心流露出來。奇器者。如天地大器也。神器也。能載萬物不動不搖。用之不竭。不用之不屈。道冲而用之。或不盈。故曰。爰有奇器。是生萬象。八卦者。天地之定位。甲子年月日時之神名。有德於天地世間者謂鬼神。機者。造物之機也。謂寒暑往來。陰陽相勝之術。明明白白現出晝夜。日月星辰。運行不息。故曰。昭昭乎進乎象矣。

道藏精華第四集之五  
文山遯叟蕭天石主編

# 金丹四百字解

自由出版社印行





## 金丹四百字解序

金丹四百字，乃宋紫陽真人成道以後遺與馬處厚之文。其文初無定名。後人因其無名，以金丹四百字名之。是文其言約而不繁，其義顯而  
且明，與悟真篇相為表裏。悟真篇細分藥物火候，四百字總撮始終大  
義。兩者一而二，二而一也。但四百字自宋迄今，註釋者甚多。或以爐火  
解，或以搬運解，求其傳真寫神，發其藏蘊者，卒不可得。予不忍祖師瀝  
寶埋沒，遂逐段細釋，破其譬象，明指何者是鼎，何者是爐，何者是藥，何  
者是火，何者是有作，何者是無為，字字分晰，句句辨別，剝核見仁，碎骨  
露髓，寶玉珠玉，明明朗朗，庶乎閱者一目了然，不為邪說淫辭所惑矣。  
註既成，猶恐學者躐等而求妄，冀速驗，因附以二十四要、二十四訣，使學

四百字解

序

者循序而進自卑登高足踏實地而行自有深造自得之時亦可不枉費功力矣

嘉慶十二年歲次丁卯冬至月朔三日棲雲山素樸散人自序

金丹四百字解

宋天臺張紫陽真人著

棲雲山悟元子劉一明解註

從學門人白玉峯刊梓  
後學李雲峯重刊

真士擒真鉛。真鉛制真汞。鉛汞歸真土。身心寂不動。

土居中央為萬物之母。能以和四象。攢五行。生萬物。養萬物。所以成始而成終者。此云真土。非世間有方有所之濁土。乃人身無方無所之真意。真意主宰萬事。統攝精神。護持性命。鎮守中宮。與土同功。故以真土名之。因其誠一不二。又名真信。因其內藏生機。又名中黃。因其無物不包。又名黃庭。因其動靜如一。又名刀圭。因其能調陰陽。又名黃婆。因其總持理道。又名十字路。因其和合四象。又名四會田。異名多端。總以形容此真意之一物耳。鉛性沉重。其氣堅剛。經久不壞。此云真鉛。非世間有形有質之凡鉛。乃人身無形無質。真知之真情。真情外暗內明。剛強不屈。能禦外患。能制內邪。有象於鉛。故以真鉛名之。因其剛烈在內。又名黑虎。因其氣屬於金。又名白虎。因其不為物屈。又名金公。因其光照萬有。又名金華。因其轉運造化。又名天罡。因其暗中藏明。又名水中金。因其雌裏懷雄。又名月中兔。異名多端。總以形容此真情之一物耳。汞為活動之物。其性輕浮。其氣陰柔。易於走失。此云真汞。非世間有形有質之凡汞。乃人身無形無質。靈知之靈性。靈性外剛內柔。至虛至靈。變化不測。叩之則應。觸之則動。有象於汞。故以真汞名之。因其出入無時。又名為龍。因其氣應東方。又名青龍。因其經火煨成。又名赤龍。因其性柔愛物。又名木母。因其外陽內陰。又名姤女。因其雄內懷雌。又名日中鳥。因其真藏火中。又名朱裏汞。因其光無不通。又名流珠。異名多端。總以形容此靈性之一物耳。真意也。真情也。靈性也。即吾身中真士。真鉛。真汞。之三寶。此三寶有先天渾淪一氣。圖成無虧。不得云意。不得云情。不得云性。純是一真。及交後。天陽極生。陰一氣分而為三家。遂有意與情性之名。真者一分。假者斯出。輪迴種子當權。

四百字解

# 四百字解

根塵俱起。習氣曰盛。真意中雜有假意。真情中雜有妄情。靈性中雜有氣性。邪正相混。假亂其真。性命搖動。日復一日。年復一年。真者全消。純是一假。陽盡陰純。不允豈能之乎。已往羣真教人返本還元。以保性命者。無非教人返還此三者。皆歸於真耳。返還之道。莫先於知的。本來真意。果知真意。若下肯心。則信實在手。刹那之間。萬有皆空。俯視一切外物。難移正氣。漸生道心。常存則妄情化。而真情出。常應常靜。如真土擒真鉛。鉛不下沉矣。真情既現。不隱不瞞。元神常存。識神不起。則氣性化。而靈性彰。如真鉛制真汞。汞不飛揚矣。擒制之法。非有心造作。乃自然之擒制。不擒而擒。不制而制。持以真信。在中。真知之情。靈知之性。陰陽春德。二氣絪縕。凝結不散。有不期然而然者也。丹道之所難得者。情性相合。情性相合。不偏不倚。之謂中。三家相會。仍是一氣。已去者而復返。已失者而又還。如鉛汞歸於土釜。穩穩當當。一切後天客氣。不能為害。幻身頑心。自然寂靜。不動矣。幻身頑心之妄動者。皆由三家不合之故。三家相合。真者復而假者自靜。身心何敢動之乎。

虛無生白雪。寂靜發黃芽。玉爐火溫溫。鼎上飛紫霞。

上言鉛汞歸真土。則身心不動。已入於虛寂之地矣。然虛須要虛。至於無可虛。方謂虛之至。寂要寂。至於靜之極。方謂寂之至。蓋虛無則先天真一之水。漸生寂靜。則先天真陽之氣來復。故曰白雪生。黃芽發。白雪乃水氣化而上浮者。喻虛室生白之象。黃芽乃生機回而方萌者。喻靜中有動之象。虛室生白。靜極而動。黑中有白。陰內有陽。先天之氣來復。金丹有象矣。金丹有象。急須勿忘勿助。用文火以溫養。而須臾不可稍懈者也。玉爐者。坤柔之爐。喻其用功從容而不急躁。鼎者。乾剛之鼎。喻其志念堅固。而不變更。紫霞飛者。喻其功力到日。智慧頓開。當靈苗初生。不即不離。以文火溫養。防危慮險。由嫩而堅。由生而熟。火足丹成。慧光射外。如鼎中藥熟。紫霞飛於鼎上也。

華池蓮花開。神水金波靜。夜深月正明。天地一輪鏡。

華池者。喻靈竅也。神水者。喻真性也。蓮花者。喻慧光也。金波者。喻情緣也。當靈苗溫養氣足。心花開放。

慧光日生。故曰華池蓮花開。慧光既生。則內念不萌。而性定。性既定。則外物不納。而情忘。故曰神水金波。靜性定。情忘。處於萬物之中。而不為萬物所瞞。圓陀陀。光灼灼。如一輪明月。照於深夜之中。上天下地。無處不通。金丹凝結於太虛空矣。

朱砂煉陽氣。水銀烹金精。金精與陽氣。朱砂而水銀。

上三段統言金丹始終之大畧。以下細分藥物火候之精微。朱砂屬火。氣濁。象人之躁性。水銀屬水性。動象人之人心。陽氣生物。象人之真性。金精光明。象人之道心。呂祖云。七返還丹。在人先須煉已待時。悟真云。若要修成九轉。先須煉已持心。上陽子云。還丹最易煉。已最難。此皆言欲修大道。先須煉已也。煉已之要。莫先於懲忿窒慾。忿氣者躁性之邪火。瞋者撞著。即便發作。性命不顧。生死不計。如大火燒山。莫可遏止。若不用功。懲治煨煉。為無烟無焰之物。最足陷真。朱砂煉陽氣者。是將躁性煉而為無性之真性也。欲念者。人心之識神。見景遇物。即便飛揚。六根俱發。七情並起。如羣寇盜寶。不能阻擋。若不猛力窒塞。烹煎成不動不搖之物。易足敗道。水銀烹金精者。是將人心烹化為無心之道心也。躁性滅。真性現。如朱砂化為陽氣。永為溫和之性矣。人心死。道心存。如水銀變為金精。永為光明之心矣。蓋真即在假之中。假不出真之外。是性也是心也。經火烹煉。即成真性道心。則朱砂化為陽氣。水銀變為金精矣。若不經火烹煉。永為躁性人心。雖陽氣亦化為朱砂。金精亦變為水銀矣。故曰金精與陽氣。朱砂而水銀。假可為真。真亦可為假。是在烹煉與不烹煉之間分別耳。修行者可不先自懲忿窒慾。以煉已乎。噫。還丹在一時煉已。須十月煉已之功。豈小焉哉。

日魂玉兔脂。月魄金烏髓。撥來歸鼎內。化作一泓水。

上言煉已之功。此言採藥之訣。日魂金烏。喻靈知之精華。玉兔月魄。喻真知之慧光。然靈知非真知之。光不能鑒之。遠真知非靈知之。景不能通其明。故曰日魂玉兔脂。月魄金烏髓。將此兩味真藥物。撥來歸於懸胎鼎內。用三昧真火。猛烹急煉。不交而必使之交。不合而必使之合。交之合之。必至鎔化如一。

## 四百字解

# 四百字解

二

泓之水。絕無絲毫滓質。方為極功。撥來者。靈知易飛。真知易藏。當因其所發。而即撥歸於鼎。令其住而不令其去也。鼎非有形有象之鼎。即前所解乾剛之鼎。乃乾陽剛健之正氣。正氣常存一念純真心。堅志遠。愈久愈力。而真知靈知煅煉為混成之物矣。

藥物生玄竅。火候發陽爐。龍虎交會龍金鼎。產玄珠。

交會龍

一作交會時

藥物者。即真知靈知之藥物。玄竅者。幽深隱微之竅。即陰陽分判之處。亦即性命寄居之處。所謂玄關竅者是也。此竅異名多端。曰玄牝門。曰生死戶。曰生殺舍。曰虛無竅。曰眾妙門。總而言之曰這個而已。這個竅。非有非無。非色非空。無方所。無形象。在恍惚杳冥之中。非外非內之際。若以方所形象猜之。差之多矣。火候者。用功之候也。陽爐者。猛烹急煉之功。非實有爐。因其用火功煅煉真靈大藥。故謂之爐。龍屬木。喻性靈。知所出。靈知之性。變化不測。故以龍象之。虎屬金。喻情。真知所出。真知之情。剛強不屈。故以虎象之。但性有氣質之性。有天赋之性。情有愛欲之情。有元妄之情。氣質之性者。後天也。天赋之性者。先天也。愛欲之情者。後起也。无妄之情者。固有也。金鼎者。即乾剛之鼎。玄珠者。金丹之別名。因其金丹圓明。故喻以珠。因其神妙難言。故又喻以玄珠。上文曰。魄月魄化。作一泓水。金丹有象矣。然丹道藥生有時。運火有候。若不知藥生之時。運火之候。金丹不結。仙翁詩。總識朱砂與黑鉛。不知火候也。如開大都全藉修持力。毫髮差殊不結丹。當真知靈知二藥生於玄竅。即須乘時下手。猛烹急煉。煅去後天氣質之性。愛欲之情。降伏凡龍。凡虎。使先天真性情之真龍真虎。交會於金鼎之中。相吞相噉。疑結不散。自然產出一粒玄珠。圓陀陀。光灼灼。通天徹地。無遮碍矣。但此藥生玄竅之時。與天地合其德。與日月合其明。與四時合其序。與鬼神合其吉凶。難得易失。火候合宜。則真者凝而假者消。金丹立結。火候稍差。則真者去而假者來。當面錯過。入藥鏡云。受氣吉。防成凶。可不慎乎。

此竅非凡竅。乾坤共合成。名為神氣穴。內有坎離精。

上言玄竅能生藥物。特以此竅至玄至妙。恍惚杳冥。撮之則失。議之則非。非一身有形有象。可見可指之凡竅。乃無形無象。不可見。不可指之聖竅。此竅在人身。非黃庭。非絳宮。非丹田。非氣海。非尾閭。非腎前。膂後。非兩腎中間。非夾脊雙關。非任督二脉。非明堂。非泥丸。非天谷。非玉枕。非口鼻。係乾坤陰陽二氣。在虛空中。合而成之者。乾剛屬陽。坤柔屬陰。剛柔二氣相合。有此竅。則柔二氣各別。無此竅。比之上天下地。其中空虛。即是玄竅。人若有剛無柔。或獨柔不剛。孤陰寡陽。其中雜氣塞滿。馬有玄竅。既無玄竅。氣機已息。焉能生藥。故曰。乾坤共合成。因其乾坤合成。又名神氣穴。神者靈妙難測。氣者冲和生機。神為陽中之陰。象離又象日。氣為陰中之陽。象坎又象月。乾坤陰陽相合。中空一竅。而日月來往於其中。人之剛柔相合。中空一竅。而神氣凝結於其內。同一理也。故名為神氣穴。內有坎離精。人東天地日月之精而生。則身中之神氣。即坎離之精也。但此竅非可以有心求。亦非可以無心取。雖賴師傳。還須自悟。若悟此竅。則坎離藥物。現成不待外求。當下順手可採。奈何舉世學人。在一身上下。有形有象之穴。竅用工夫。豈能固神氣。保性命哉。

木汞一點。紅金鉛三斤黑汞。鉛結成砂。取紫金色。

上言玄竅有坎離精。蓋以坎離精。能以結丹也。離精為木汞。木汞性浮。靈性之象。坎精為金鉛。金鉛性沉。真情之象。靈性具有虛靈之火。為靈知。外陽內陰。陰少陽多。陰藏陽中。其中之陰。屬火。故謂一點紅。真情具有剛正之氣。為真知。外陰內陽。陽少陰多。陽藏陰內。其外之陰。屬水。故謂三斤黑。一點紅喻其少。三斤黑喻其多。非實有一點三斤之數也。丹道採靈知中一點虛靈之真火。煉去妄情昏濁之雜氣。採真知中清淨無欲之神水。撲滅氣性無根之燥火。真火神水兩而合一。水火相濟。真情靈性和合。真知靈知相戀。情即是性。性即是情。真而最靈。靈而最真。渾然一氣。與天地同功運。亦如鉛汞用火煅煉。結成靈砂。火足藥熟。變為紫金之色。永久而無更易矣。

家園景物。麗風雨正春深。耕鋤不費力。大地皆黃金。



# 四百字解

三

上言鉛汞能以結丹。人或疑為世間凡鉛凡汞。燒煉而成。殊不知非世間之凡物。乃我自己家園。豔麗之景物。蓋以真知靈知。即我之真鉛真汞。家園自有。不待外求。景物豔麗。陰陽融和。生機不息。如風雨在於春深之時。藥苗由微而著。不用耕鋤之力。滿空飛白雪。徧處長黃芽。順手採來。頭頭是道。隨足走去。步步有寶。如大地皆是黃金矣。

真鉛生於坎。其用在離宮。以黑而變紅。一鼎雲氣濃。

上言景物家園自有。然雖自有。功夫不到。不方圓。蓋以真知之鉛。陷於陰中。象坎卦。外陰內陽。陽在陰胞。客氣掩蔽。正氣正氣不能自出。若欲出之。其用卻在於離宮。靈知外實內虛。有象於離卦。具有虛靈之真火。以此真火。煖去後起之客氣。則真知現而與靈知相合。以黑變紅。真知即是靈知。陽得陰而有養。陰陽眷戀。細細和氣。如濃雲籠於鼎中。而不散矣。

真汞出於離。其用卻在坎。姤女過南園。手執玉橄欖。

真汞之靈。知藏有識神之離氣。象離卦。外明內暗。識神借靈生妄。見火則飛。若無真知之鉛。以制之。識神為禍。不能返真。故其用卻在於坎也。坎喻真知。真知具有真一之淨水。以此淨水。撲滅識神之邪火。邪火滅而靈知返真矣。南園仍取離象。玉橄欖仍取坎象。姤女即靈知之別名。以其靈知為陽中之陰。故又以姤女名之。靈知得真知制伏。則陰來就陽。不為外物所移。靈知應真知。真知應靈知。即是姤女過南園。手執玉橄欖。而享用得濟矣。

震兌非東西。坎離不南北。斗柄運周天。要人會攢簇。

上言木汞金鉛。坎離相交。人多在一身有形有象。有所處猜疑。或指火為離。為心屬南。指水為坎。為腎屬北。指木為震。為肝屬東。指金為兌。為肺屬西。是直以心腎肝肺。為坎離震兌。實未得其真傳者也。殊不知震者吾之真性。兌者吾之真情。坎者吾之真知。離者吾之靈知。四者即吾所具先天之真四象。因有後天雜氣相混。各居一方。而不能相會。今欲返還合為一氣。非攢簇之功。不能攢簇之功。乃扭轉。



斗柄之天機。斗柄乃北斗第五第六第七三星。一名天璽。此星所坐者山。所指者吉。所以運周天列宿行二十四氣。以成歲運。在吾身即一點真知之真情。真情一名金公。剛強不屈。有生有殺。亦如天上之斗柄。也有生以來。為客氣所染。外物所誘。斗柄指外。不指內。生氣在外。故氣在內順其造化。幼而壯。壯而老。老而死。萬劫輪迴。無有出頭之期。若知生殺之機。扭回斗柄。轉身之間。即到故鄉。可以奪周天造化。可以合四象五行。一時辰內。管丹成。絕不費力。但人多認不得真情之斗柄。僅在一身。東西南北。有形有象。處處錯認。為震兌坎離。強作亂為。妄想結丹。無怪乎碌碌一生。到老無成。可不歎哉。

大候不須時。冬至豈在子。及其沐浴法。卯酉亦虛也。

一本及其沐浴法。卯酉時宜比身中一陽生為之。卯酉中

上言震兌坎離。別有妙義。非東西南北不特此也。即丹經所云。子時進陽火。午時退陰符。卯酉宜沐浴。亦皆虛比耳。非實指天邊之子午卯酉也。天地造化之道。以陽氣方生於地下。即為子。以陰氣方生於地下。即為午。以陽氣升於天地之中。為卯。以陰氣升於天地之中。為酉。子午陰陽方生之時。卯酉陰陽平和之時。此天地之子午卯酉也。月道取子時。進陽火者。蓋以身中一點陽光發現。如冬至子月。一陽潛生。急須進火採取。扶此一點微陽。漸生漸長。不可稍有消耗。此即所謂子時進陽火也。取午時。退陰符者。蓋以身中一點陰氣暗生。如夏至午月。一陰來始。急須運符退去。抑此一點邪陰。漸生漸消。不可稍有姑息。此即所謂退陰符也。其實陽生陰生。時時刻刻而有。陽生即是子。陰生即是午。乃吾身中之活子午。非是天邊之死子午。故曰。大候不須時。冬至豈在子。言子而不言午者。午即包於子中矣。古仙云。不必天邊尋子。身中自有一陽生。觀此可知。冬至不在子矣。月道取卯酉宜沐浴者。蓋以身中一點陽光回復。漸生漸長。與陰氣相和。不多不少。歸於中道。亦如卯月。地下陽氣升於天地之中。而春分須當佳火停輪。使其陰陽平和。不可過進其火。是以沐浴。非言卯月宜沐浴也。身中一點陰氣來始。漸生漸退。與陽氣相合。不偏不倚。入於中道。亦如酉月。陰氣升於天地之中。而秋分須當休歇罷功。使其

# 四百字解

四

剛柔相當。不可過退其陰。是以沐浴非言酉月宜沐浴也。故曰及其沐浴。浴卯酉亦虛也。仙翁悟真云。免難之月。及其時刑德臨門。藥象之特言。藥生道退。象卯酉之月。非言卯酉月宜沐浴可知矣。後人不。知丹經比喻之言。或疑為子月子時。進陽。午月午時。退陰。卯月卯時。酉月酉時。沐浴。意若以天運子午。卯酉為法。試思一年有一年之子午卯酉。一月有一月之子午卯酉。一日有一日之子午卯酉。一時有一時之子午卯酉。年月日時。俱有子午卯酉。其將何者以為法乎。豈不大錯了也。仙翁以冬至不在子。卯酉亦虛。比撥去一切旁門誤認之弊。教學者在實理上細心辨別。其慈悲為何如乎。

烏肝與兔髓。擒來歸一處。一粒復一粒。從微而至著。

上言火候沐浴。不在子午卯酉。總是教人知其性情相和。陰陽同氣耳。烏肝者。日之精。肝色青。屬木。仍。喻靈知之性。兔髓者。月之華。髓色白。屬金。仍喻真知之情。靈知真知。真性真情。為修丹之大藥。將此四。者。擒來歸於一處。運大烹煉。化為一氣。一氣渾然。生機常存。必自一陽而漸至六陽純全。從微而著。金丹成熟。自然而然。擒者。非勉強作為。乃令其住。而不令其去之謂。住則雜念不生。客氣不入。四者搏聚。一處而不相悖矣。一粒復一粒。即本立道生。陽氣漸長之義。非實有粒之形迹也。

混沌包虛空。虛空包三界。及尋其根源。一粒如黍大。

如黍大。一作黍米大。

上言烏肝兔髓。能以成丹。此丹非別物。即吾本來混沌之初。所具先天真一之氣也。此氣包羅虛空。虛。空又包羅三界。能包虛空三界。其大無量矣。然雖其大無量。及尋其根源。不過如黍米之大。雖云如黍。米亦視之不見。聽之不聞。搏之不得。恍兮惚兮。其中有象。惚兮恍兮。其中有物。杳兮冥兮。其中有精。其精甚真。其中有信。也是象是物是精是信。總名之曰先天真一之氣。此氣為天地之始。萬物之母。真。空而含妙有。妙有而藏真空。大小不拘。有無不立。非色非空。即色即空。放之則彌六合。卷之則退藏於。密隱顯不測。變化無端。是豈有形有象之物可比哉。學者若知的混沌中之一氣。則知其一而萬事畢。

修道不難矣

天地交真液日月含真精會的坎離基三原歸一身。

上言黍米一粒能包虛空三原然此一粒黍米之實吾身本有。不待他求。但要會的調和陰陽耳。陰陽不和。先天真一之氣不復金丹不結。試觀天地交而真液降以生萬物。日月交而真精運以行四時。是陰不離陽。陽不離陰。陰陽相合。內含真液真精。方有造化。否則孤陰不生。獨陽不長。生機已息。造化何來。吾之靈知真知。即吾身所具之天地日月也。靈知具有天之陽氣。即元也。陽氣所舒之光輝。象離中之虛。虛即日也。真知具有地之陰氣。即地也。陰氣所藏之精華。象坎中之滿。滿即月也。天地日月。吾身俱備。但人不知調和。以故陰陽相隔。生機消滅。終歸大化矣。若會的。真知靈知坎離之根基。本屬一氣。逆而修之。顛倒坎離。以真知而制靈知。以靈知而養真知。水火相濟。動靜如一。則心即是道。道即是心。心為道。心身為道身。與天地合其德。與日月合其明。與四時合其序。與鬼神合其吉凶。三界即在吾一身之中矣。

龍從東海來。虎向西山起。而獸戰一場。化作天地體。

龍從東海來。虎向西山起。

一作龍從大裡出。虎向山中生。

上言會的坎離基。大道可成。特以坎離者。真知靈知水火之象。若欲水火相濟。必先金木交併。性屬木居東。我之靈物。因其靈通變化。故喻之以龍。情屬金居西。他家之物。因其剛烈堅強。故喻之以虎。但性情有真僞之別。先後之分。圓明之性。無色之情。為真。先天也。氣質之性。塵緣之情。為僞。後天也。有生以來。假者離於真者之中。龍性猛惡。虎性猖狂。各居一方。彼此不應。若非去假而救真。則大道難成。曰龍從東海來者。龍而就虎。以性而求情也。曰虎向西山起者。虎而駕龍。以情而歸性也。性情相會。以情制性。以性銓情。性情搏結。以猛惡猖狂而為馴順和平。假者消而真者復。木性愛金。順義。金情戀木。慈仁。金木相併。仍是圓成。無虧本來面目。故曰兩獸戰一場。化作天地體。戰之一字。大有深意。人自先

# 四百字解

## 五

# 四百字解

五

天陽極變於後天。應劫根塵俱發。六賊作亂。七情為殃。加之現世積習客氣。內外皆陰。非可容易而剿除。若不狠力挾控。焉能消滅。戰之正所以猛。急煉不到陰盡陽純之時。而功不容稍緩也。化作天地。融是性情。淨質俱化。精一不二。方是功力已到之時。仙翁悟真詩云。西山白虎甚猖狂。東海青龍不可當。兩手捉來令死鬥。化作一塊紫金霜。正此段之妙義。隱性情豈易調和哉。苟非下數年死功夫。而未許返真也。

金花開承葉。玉蒂長鉛枝。坎離不曾開。乾坤經幾時。

上文金木交併。性情一家矣。此段緊接上文申明金木交併之效。金花鉛枝。屬陽為剛。真情也。承葉玉蒂。屬陰為柔。真性也。離體中虛。虛屬陰。靈知也。坎體中實。實屬陽。真知也。金花開承葉者。剛中有柔。情即是性。玉蒂長鉛枝者。柔中有剛。性即是情。坎離不曾開者。實而藏虛。虛而含實。真知即是靈知。靈知即是即真知。能剛能柔。能虛能實。剛柔相應。虛實兼該。寂然不動。感而遂通。感而遂通。寂然不動。與乾坤同消息。即與乾坤並長久。經幾時而有傷損哉。

沐浴防危險。抽添自謹持。都來三萬刻。差失恐憂危。

上言性情混合。真知靈知凝結。金丹成就矣。然藥物易知。火候最難。不知運火詳細。差之毫釐。失之千里。金丹難成。蓋以丹還之後。有沐浴之時。有抽添之候。當藥未得。須煉已以採藥。及丹已得。須沐浴以溫養。沐浴者。防危險之功也。古仙云。還丹在一時。溫養須十月。十月共三萬刻。刻刻留心。防危險。險如難抱卵。如蚌含珠。一意規中。更加抽鉛添汞之功。謹守謹持。毫釐不得差失。稍有差失。真中生假。客氣乘間而入。金丹得而復失。成而又壞。烹鼎之患。所不能免。故修丹之道。防危險之功。始終不可缺。防危者。防其客氣潛生。慮險者。慮其丹元有傷。言防危險。抽添之功。即在其。中抽者。抽其鉛。添者。添其汞。當丹未結。須借真鉛以制真汞。及汞已死。丹已結。須要將此鉛氣。仍復抽去。真汞方成靈寶。蓋以真知之真鉛。雖是先天之物。從後天中產出。帶有後天之氣。初而以真知制靈知。不使靈知飛揚於外。

及其靈知已凝。又要將此真知所帶後天濁氣漸漸抽去。毫無些子存留金丹方能成熟。若稍有些子抽不盡。則靈知不能成圓明之寶。抽一分真知。濁氣添一分靈知。清氣。濁氣盡而清氣凝。大到氣足。圓陀陀。光灼灼。僅有真靈圓明一寶。別無他物。亦如鉛池煎銀。抽盡鉛氣。祇留得一味乾水銀而已。仙翁悟真詩云。用鉛不得用凡鉛。用了真鉛也棄捐。此是用鉛真口訣。用鉛不用是誠言。此即抽鉛添汞之義。要之抽添之功。即防危慮險之用。抽添正所以去其危險耳。防之慮之。抽之添之。十月謹持。毫釐不差。金丹焉有不成者哉。三萬刻非實有十月之期。不過譬喻。還丹以至丹熟。聖胎完成之義。學者須要究真。甚勿以辭害意也。

夫婦交會時。洞房雲雨作一燕。生箇兒。箇箇會騎鶴。

以上言藥物火候。修持功力。皆以丹道譬喻。仙翁恐學者不曉其中奧妙。誤入旁門曲徑。故又設此段。以世間男女夫婦之道。顯而易見者。譬喻示人耳。修真之道。千經萬典說來。祇是教人調和陰陽。使陰陽交合。歸於一氣耳。試觀世間夫婦相會。及時相交。便能生兒。修道陰陽相會。及時相交。亦能生仙。吾之真知。為陰中之陽。為夫。吾之靈知。為陽中之陰。為婦。人自先天陽極。後天用事。真者迷失於外。如寄居他家。不屬於我。我亦家雖有靈知。婦不見夫。陰無陽制。靈亦有假。即參同所謂河上姤女靈而最神。見大則飛。不見塵埃也。若認得真知之夫。喚回我家。與靈知之婦相會。收於洞房宵密之中。夫戀婦而婦戀夫。夫婦交合。情性相投。則先天之氣。自虛無中來。凝結聖胎。更加溫養十月之功。氣足神全。脫出胞胎。身外有身。超出陰陽之外。不為天地造化所拘矣。更加向上功夫。重安爐。復立鼎。以行無為之妙道。子生孫。孫又枝。千變萬化。箇箇騎鶴騰空。為大羅天仙矣。是道也。總一陰陽之道也。生人生仙。皆不離乎陰陽。但有仙凡之異耳。三年云。順為凡。逆為仙。只在中間顛倒顛倒之法。非師罔知。若有知的者。一時辰內。管丹成。不待三年九載也。但要認得真陰真陽耳。

前解逐段分晰。已無剩義。今又體貼祖師四百字之句。仍以四百字分段註疏。為歌言簡意該。比眾俱

# 四百字解

六

破。使好學者一目了然。不犯思索。更能會通正解。則修真秘訣。可得其大半矣。  
註疏四百字真義歌

第一段 真意發真知。靈知亦自應。三家合一。家。修爾身心。定。  
第二段 虛室卻生光。靜中又復陽。採來勤煅煉。化就紫金霜。  
第三段 靈竅慧光生。性現塵情滅。朗朗夜明珠。無處不皎潔。  
第四段 燥性化真性。人心變道心。若非神火煅。鑽裏怎分金。  
第五段 真知與靈知。兩者本同氣。經火烹煉成。渾淪沒點滓。  
第六段 元竅真靈竅。趁時下手裁。性情相眷戀。長出大丹材。  
第七段 有箇虛靈竅。號為玄牝門。中藏神與氣。原是魄魂根。  
第八段 靈知火裏精。真知水中寶。水火陰氣消。光鮮着實好。  
第九段 靈藥自家有。何須在外尋。護持常照應。左右盡珠林。  
第十段 真知總是真。卻要靈知配。煉去後天陰。兩家成一塊。  
第十一段 靈知好外遊。須借真知制。以婦去從夫。坎離即既濟。  
第十二段 震兌和坎離。精神性情象。若知攪撥方。獨步崑崙上。  
第十三段 火候不拘時。何勞尋子午。沐浴洗塵心。卯酉豈能主。  
第十四段 金情與木性。不得有偏差。兩者如同氣。靈根自發花。  
第十五段 大則包虛空。小還如黍米。若問這根源。一真而已矣。  
第十六段 天地日月精。吾身本自有。真靈若不迷。造化常在手。  
第十七段 性起情來制。情生性去牽。相爭相鬭罷。仍舊是先天。  
第十八段 木性金情交。真知靈知合。武煉與文烹。現出玲瓏塔。



十九段 持心名沐浴。溫養有抽添。刻刻防危險。功深自入玄。  
二十段 會的陰陽理。聖胎不難結。生子又生孫。長生永不滅。

讚曰

寶錄靈文四百大義。包括三鉛。統悟真之妙旨。洩海蟾之心傳。言簡約而深奧。理詳細而備全。處厚得之。了事杏林。借此成仙。可為修道雲路。正是渡人法船。學者能嘗滋味。雲時火裡生蓮。金丹四百字。段段着實。句句示真。修持之爐鼎。藥物火候次序。有為無為。自始至終。無一不備。雖字四百。而悟真全部大意。悉包藏無遺。其中寓意譬象。余已解釋。破核見仁。碎骨露髓。為初學者助一炬之明。引入正道。但恐學者不知腳踏實地。苦力用功。未盡學人之事。即便妄想大道。蹴等而求。自誤前程。爰於正註之後。外著學人二十四要。丹法二十四訣。其言最簡。其事易知。以發祖師不言之秘。若有志以此要訣。參會正經。循序而進。學道者久必明道。行道者終必成道。庶不至虛度歲月。走入岐路矣。學人二十四要。

第一要 看破世事	世事若還看不破	身沉苦海怎能出
第二要 斬斷牽纏	牽纏設若不能斷	六道輪迴在眼前
第三要 窮究理義	不知辨別身心理	邪正難分誤路程
第四要 尋師訪友	虛心即便能實腹	自滿到老無一長
第五要 立志長久	要成經久不易事	必須經久不已功
第六要 除去嗔恨	嗔恨若還不掃淨	满腔濁氣掩真宗
第七要 捨捨的色身	看得色身如假物	自然有路覓真身
第八要 不怕勞苦	心強必上高山頂	怕苦終久不入真
第九要 忍辱受垢	忍辱卑而不可辭	受垢柔而即能強

# 四百字解

# 四百字解

七

第十要饒人讓入  
十一要種財重命  
十二要物我同觀  
十三要酒色不迷  
十四要飢寒順受  
十五要生死任命  
十六要廣行方便  
十七要愛熱開  
十八要不做不盈  
十九要不貪美味  
二十要不言是非  
二十一要聰明不用  
二十二要睡少功多  
二十三要愛好好物  
二十四要始終如一

以上二十四要乃學人緊要之關口。必須真履實踐。條條打通。行的過去。方能遇得真師。聞得大道。若有一條不能行過。即遇真師。問道猶在兩可。蓋以問師教人。千磨百錯。明察暗試。以驗真假。果是真誠之士。如真金不怕火煉。愈煉愈明。自為高人。鑒賞決定。提接若非志士。始勤終怠。或陽奉陰違。自己身逢事。未能行的過去。而欲妄想他人寶物。所謂嘆不除。態不改。墮入生死輪迴。海堆金積玉。滿山川。神仙冷笑。應不采道。且不得聞。而況成道乎。夫問道者。小聖人。成道者。大聖人。聖人之事。豈是玄虛不實。

屈己尊人為要着。平心下氣是良方。試問堆金等俗。無常買的不來。無物我同源。無貴賤。若分彼此。起塵氛。戒酒自然性不亂。絕色必定命堅牢。衣食隨緣休妄想。若怕飢寒志不堅。死生二事盡由天。訪道一心常在我。到處積功兼累行。見危盡力以扶人。紛華境裡易迷真。聲色場中能亂性。高傲即便起人惡。盈滿必非載道林。君子謀道不謀食。小人養口不養心。各人自掃門前雪。莫管他人屋上霜。有才不使常如拙。有智深藏卻似愚。朝乾夕惕功無歇。廢寢忘餐志要堅。珠玉金銀身外物。精神性命本來珍。用功不力難深造。抱道而亡方見真。



之輩所能得者哉

丹法二十四訣

第一訣 修補丹房

培養後天

堅強色身

培養後天第一端精神氣旺耐飢寒色身修的堅強了避雨遮風好煉丹

第二訣 煉己築基

懲忿窒欲

克己復禮

煉己持心是築基塵情妄念盡拋離果能煉到已無處不動不搖物怎迷

第三訣 立鼎安爐

剛以固其志

柔以用其功

志念堅牢為立鼎工夫漸進是安爐剛柔兩用無偏勝準備隨時運火符

第四訣 採取藥物

假中尋真

沙裡淘金

大藥三般精氣神須先辨別假和真是非只隔一些子莫犯魁罡認非辰

第五訣 以鉛制汞

真知不昧

靈知不飛

金情別號是真鉛木性輕浮以汞傳曉得情來鈐性法人心不起道心圓

第六訣 黃婆調和

真意不散

陰陽自和

可知真意是黃婆一信能調四象和攢簇五行皆借力全形造命不離它

第七訣 鉛汞相投

性去求情

情來歸性

以鉛投汞情歸性以汞投鉛性戀情情性相交無隔碍何愁大道不能成

第八訣 運火煅煉

振發正氣

掃除邪氣

文烹武煉是仙方火發神爐陰與陽煅盡千般波淨物自然大藥起霞光

第九訣 還丹凝結

剛柔相當

性情如一

性情如一號還丹朗朗真靈結就團已得當初無價寶小心護守運神觀

四百字解

# 四百字解

## 第十訣沐浴溫養

念真教起

意不使散

將垢洗塵沐浴方勿忘勿助合陰陽。諸緣不起丹元固。養的靈根花蕊芳。

## 十一訣丹元成熟

黑中有白

靜極而動

黑中有白長生樂。暗裡藏明續命湯。煉就玲瓏明淨物。通天徹地放毫光。

## 十二訣吞服金丹

收神入室

點化羣陰

服丹不是外來丹。煉就真靈在內安。五府生光陰氣化。不迷不昧破關關。

## 十三訣移爐換鼎

本原到手

隨時種栽

金丹到手有真傳。換鼎移爐玄又玄。從此度心烹大藥。先天竅理煉先天。

## 十四訣凝結聖胎

百神俱集

五行混成

五氣朝元聚靈臺。先天種子已牢栽。如痴如醉如昏睡。恍惚杳冥結聖胎。

## 十五訣朝屯暮蒙

知雄守雌

天然火煉

知雄更要守其雌。水火烹蒸不問時。自有樞機翻卦象。何須着意強施為。

## 十六訣溫養胎杯

如雞抱卵

似蚌含珠

專一猶如雞抱卵。至誠恰似蚌含珠。時時靜守虛靈數。免得爐中水火孤。

## 十七訣防危慮敗

外無其身

內無其心

陽氣未純猶有險。餘陰不盡要防危。後天浮質如消化。可保胎元莫損虧。

## 十八訣十月胎圓

先天氣純

後天氣化

十月工夫始胎圓。後天化盡先天全。清淨淨別無物。非色非空一自然。

## 十九訣待時脫化

無思無為

不即不離

脫化原來有日期。錯前錯後俱非宜。誠中達外無容強。瓜熟自然蒂落離。

二十訣嬰兒出現

打破混沌

跳入虛無

守定黃庭養谷神。形全氣足火停輪。乍雷一響天門破。跳出金剛不死人。

二十一訣乳哺三年

光而不耀

明而不用

真靈煉就一金身。萬古千秋不落塵。乳哺三年光不耀。知前曉後聖而神。

二十二訣出入自便

形神俱妙

與道合真

形神俱妙等虛空。與道合真萬法通。顯晦逆從人莫測。聚而有象散而風。

二十三訣面壁九年

有無俱不立

天地悉歸空

九年面壁有誰知。入室工夫不待思。天地歸空凡聖去。寂寥境內結仙居。

二十四訣子又生孫

變化無窮

神妙不測

子又生孫凡聖同。只分順去逆來中。古仙留下大丹訣。變化無窮到處通。

二十四訣步步大候。須要審明。若有一毫之差。便有千里之失。古來仙真。多不明指次序。皆秘授言

子。只以比象示人。恐其為匪人所竊也。余既得師口訣。不避愆尤。願公諸有志之士。縱無力行持得

聞大道。亦是無量之福。但此等大事。須要有大力者行之。更要有大德者方能行。若有大力無大德

動有魔障。鬼神不喜。大道不成。是以欲行其道。須先積德。德重能服鬼神。蓋以中下之人。德重於道

若德不大。雖能聞道。而成道猶未可必也。學道者須要先將這個題目認清。本末急緩。方有定見。而

不至於枉費工夫矣。學者勉之。

四百字解

九

道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

# 黃庭經解

自由出版社印行



黃庭經解

棲雲山悟光子劉一明解

黃庭經者。東華扶桑帝君之秘文也。一名大帝金書。以其刻於金簡。故名金書。一名東華玉篇。以其又刻於玉。亦名玉篇。其經有內外兩篇。內篇者。太上玉晨道祖之所著。是謂正經。故名內篇。外篇者。太上老君道祖之所解。是謂輔經。故名外篇。雖分內外兩篇。其言黃庭諸景之義一也。黃者中央之色。即中之象。庭者人居之處。即神室之象。以其中虛無色不包無理不具。故以庭喻之。以其中藏生機。萬物皆從此出。故以黃庭喻之。經者。徑也。道也。黃庭經即演說中之道也。這箇中無形無象。視之不見。聽之不聞。搏之不得。恍惚杳冥。無方所。無定位。至無而含至有。至虛而含至實。其大無外。其小無內。包羅三千大千世界。內有四象五行。九宮八卦。三元九氣。萬神所歸。千靈所聚。出聖出賢。成佛成仙。儒曰太極。又曰道義之門。釋曰真空。又曰不二法門。道曰虛無。又曰眾妙之門。又曰元牝之門。三教聖人。方便立名。無非形容此中之真實。象耳。在人身非四大一身上下之中。非腎前臍後之中。非心下腎上之中。亦非頭頂天谷之中。乃在四大不著之處。萬有皆空之境。後人不知此中是何模樣。真以有形有象。有所度之。王晨老君二道祖著為黃庭經。內外篇。即有以形無。即實以形虛。大露天機。點化後學。慈悲之至。奈何後世學人多無真傳。罔識二篇取義。見有內景外景之名。而遂認景為真。執於有象。或守數。或思神。或搬運。十門萬戶。無怪乎修道者如牛毛。成道者如兔角也。夫景者。可見。可聞。有形有象之謂。中本至虛至無。不可見。不可聞。何得有景。若稍有景。便是幻象。非其道矣。況黃庭只一物。而景則有五臟六腑九竅百骸之多般。可知景是景。黃庭是黃庭。諸般之景。乃黃庭之外物耳。蓋景者。黃庭之枝葉。黃庭者。景之根本。根本不可見。枝葉乃可見。故書名曰黃庭內景經。黃庭外景經。道祖分明與人說了。特人未之深思也。試觀諸景。各有神。如上部則有髮神。腦神。眼神。鼻神。耳神。口神。舌神。齒神。中部則有喉神。心神。肝神。脾神。胃神。膽神。肺神。三焦神。下部則有腹神。大腸神。小腸神。膀胱神。左陽神。右陰神。左腎神。右腎神。又有身中九宮真人。心為絳宮真人。

黃庭經解

# 黃庭經解

腎為丹元宮真人。肝為蘭臺宮真人。肺為尚書宮真人。脾為黃庭宮真人。胆為天靈宮真人。大腸為水靈宮真人。小腸為元靈宮真人。膀胱為身房宮真人。又有元首九宮真人。雙丹宮真人。明堂宮真人。丹田宮真人。泥丸宮真人。流珠宮真人。大帝宮真人。天庭宮真人。極真宮真人。又有重樓十二神。其神甚多。不可數計。易曰：陰陽不測之謂神。又曰：神也者，妙萬物而為言者也。曰不測曰妙萬物，則是在恍惚杳冥之中。不色不空，不有不無，不可見，不可聞，亦不可思議。僅可心知，不可口說。這箇不可見，不可聞，不可思議之神，即黃庭之神也。黃庭之神，不在心，下腎，上黃庭之處，不在泥丸，黃庭之處，不在脾部，黃庭之處。經中雖言三黃庭，皆言黃庭之境，非言黃庭之真也。黃庭之真，乃一大包羅，因其為一大包羅，其神無處不在。無時不有，因其有此黃庭大包羅之神，故五臟六腑九竅百骸，津液上下流通，血氣往來穿貫，皆自然而無不容，勉強於其間。五臟六腑九竅百骸之神，皆本於絳宮真人。絳宮真人一名肉團神，即心王也。心為一身之主，一身之神皆心王統之。然雖心王統之，其所以能神者，總是黃庭一神運動焉。心王若不借黃庭神之靈，亦不能神。是黃庭神又為心王之主。心王統諸神，實黃庭神統諸神也。一神分而為諸神，諸神歸而為一神，神為真景為假，真借假而施功，假依真而得靈。真中運假，假中藏真，假之有神，實黃庭之神，而神也可知。黃庭經說來，說去，祇是說一神字，無非說一中字。中即神也，神即中也。中字从口从一，口象太極。○即黃庭也。一象一氣。○即神也。口內有一而為神，即黃庭中有神也。所謂神室者是也。中而未有神，神而未有中，且中者不偏不倚，無過不及，混然圓成之義。混然圓成，活活潑潑的不識，不知順帝之則，自有箇神在。因其有神在，故五臟六腑九竅百骸各形其形，各事其事，並行而不相悖也。內篇曰：虛無寂寞，空中素使，形如是不當污。又曰：伋元上一魂魄煉一之為物，臣平見須得至真，乃顧盼至忘，死氣諸穢。賤六神，合集虛中，宴結珠固精，養神根，玉篋金籙常完堅。外篇曰：物有自然，事不煩垂拱，無有身體，安虛無之居，在幃間寂寞，嘖然口不言，恬淡無欲，遊德園，清淨香潔，玉女存修德，明達道之門。又曰：恬淡無欲，養華根，服食元氣，可遂生還，返七門，飲太淵，通我喉嚨，過清靈，問於仙道，與奇功，服食靈芝，與玉英，頭戴



白素之丹田沐浴華池灌靈樞虛無元元德園華池皆黃帝之別名也上一至真神根華根靈根靈芝玉英皆黃庭神之別名也空中素虛中晏結珠固精恬淡無欲服食元氣口養黃庭神仙道奇功也內外二篇皆先形容諸景而後歸局於虛口元德園華池結果於空虛恬淡若以景為道何言須得至真乃顧盼至忌免氣諸穢賤恬淡無欲養華根服食元氣可遂生子陰符經曰人知其神而神不知不神而神神而神者諸景之神不神而神者黃庭之神因其有黃庭之神而諸景亦各能神其神若不修不神而神之神只修神而神之神則五臟六腑九竅百骸俱皆有神將從何處下手豈不至難至煩非道祖至道不煩無旁午靈臺通天臨中野之義靈臺即真靈所居之臺亦即天心發現之處中野即黃庭之中位能守黃庭則天心真靈之神炯炯不昧一具百真而諸景之陰神亦皆化而為陽神至簡至易約而不煩學者須要會之言外意若不會言的外意只於話頭上摸索按圖造作未免以石為玉以銅為金在皮囊上做功夫焉能還元返本結成至靈之丹超出乎陰陽之外哉正陽翁云四大一身皆屬陰不知何物是陽口緣督子曰一點陽精秘在形山不在心腎而在手元關一竅若執一身而修無非修此五臟六腑九竅百骸何能得陽精乎不能得陽精何能成陽丹乎陽精不是別物即是黃庭之神又名谷神黃庭即元關一竅因其為天地之根陰陽之門性命之源故謂元關因其為谷神所居統御萬法主宰萬事故謂黃庭因其無形無象無方無所雜種種邊又謂虛無落到實處總是一中而已識得此中則知五臟六腑九竅百骸一動一靜一收一放皆谷神默運之昆陵翁云有物先天地無名本寂寥能為萬象主不逐四時移即此黃庭神之所以為神乎道德經曰多言數窮不如守中三丰翁云守黃庭養谷神男子懷胎天殺人凡此皆言黃庭中一竅有谷神居之守之則昌失之則亡人能守此一中須臾不離則萬神來朝於一神不特五臟六腑九竅百骸聽命於黃庭即八萬四千毫毛亦皆化為護法神內外光明表裏潔淨一本散而為萬殊萬殊歸而為一本形神俱妙與道合真十變萬化總是一中總是一神大丈夫之能事畢矣噫悟之者立躋聖位迷之者萬劫沉淪識得真正黃庭不神而神者有幾人哉後附二圖以參備考

# 黃庭諸景圖

髮神 腦神 眼神 鼻神 耳神 口神 舌神 齒神

喉神 心神 脾神 膽神

肺神 肝神 胃神 三焦神

腹中神 大腹神 小腸神 膀胱神

左腎神 右腎神 左陽神 右陰神



身中九宮真人  
元首九宮真人  
重樓十二亭長

五臟六腑九竅百骸。何見其有神哉。如曰無神。則五臟六腑九竅百骸。俱是死物矣。如曰有神。神不可見。誰其信之。試言其神。髮升血髮之神也。腦藏精。腦之神也。眼能視。眼之神也。耳能聽。耳之神也。鼻能臭。鼻之神也。口能食。口之神也。舌能味。舌之神也。齒能嚼。齒之神也。喉能嚥。喉之神也。心靈明。心之神也。肺調氣。肺之神也。肝養血。肝之神也。脾清穀。脾之神也。胃藏穀。胃之神也。膽藏明。膽之神也。三焦溫熱。三焦之神也。大腸出穢。大腸之神也。小腸受水。小腸之神也。膀胱出水。膀胱之神也。腹包物。腹之神也。左陽升陽。左陽之神也。右陰運陰。右陰之神也。左腎主受精。左腎之神也。右腎主出精。右腎之神也。身中九宮。各司其事。身中九宮之神也。元首九宮皆含其靈。元首九宮之神也。重樓其二串。送飲食。重樓十二之神也。其外四肢百脈十二經絡。活動流通。無一不有神。內篇曰。至道不煩。決存真。泥丸百節皆有神。可知一身內外皆是神也。雖一身內外其神多般。皆心中一神統之。然其所以能神其神者。非心之神。杳冥中還有箇難以擬議之神。即黃庭之神也。經內不明指出此神。是何模樣。居於何地。惟內篇曰。帶執性命守虛無。名入上清。死錄除。外篇曰。正室之中。神所居。洗心自理。無敢汚。曰虛無。曰正室。方是真正黃庭。而非可與有景之黃庭同觀。既是無景之黃庭。則其中之神。亦不與諸景之神相同。人能守此虛無正室之黃庭。則心神清淨。心神清淨。則五臟六腑九竅百骸之陰氣俱化。諸神皆歸於黃庭之一神。所謂殊塗而同歸。百慮而一致也。

黃庭出於先天。藏於後天。本無形象。亦無名字。強而圖之。這箇○而已。強而名之。黃庭是也。因其渾然生機。故名黃庭。因其變化不測。故謂之神。黃庭體也。神其用也。一物而二名。儒修之為道。義之門。釋修之為不二法門。道修之為眾妙之門。又為伉牝之門。因其無形無象。故道祖以諸景之神形容其黃庭之神。使人於諸景之神。追究其黃庭無景之神。耳人能於無景中。追究出箇所以為神處。則知黃庭上柱天下柱地無頭無尾。無背無面。大包宇宙。小入毫端。可以同虛空界。行住坐卧。不離這箇矣。

# 黃庭圖



道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

# 樵陽經

自由出版社印行



## 影刊樵陽經金丹妙訣合刊例言

蕭天石

一、樵陽經爲三天秘旨，付與樵陽子，因地得號，爲八百仙之魁首，遞相傳授，用免人人面指，方方耳提，始能得道登真。全書最簡最明最精最要，全爲玉液金液內外二大丹頭上乘大道法，無一言一字涉入旁門小術，無莫非超凡脫俗，入聖登真，內外交養之最上乘正旨。讀者如能澄心息念，冥會窮參，切時按經修持，久久自能融會八方，貫串骨髓，而直得妙道，形神俱妙，與列聖齊肩矣。

二、原書爲濟一子傅金銓真人選刊入證道秘書十七種中，道門中亦間有單行本行世，前平津京滬湘北川西一帶丹鼎派人士，虔修本經工夫，尤爲不少。

三、原書有呂祖序，惜爲後人竄入亂筆不少。內中最要者共三則，首謂本書爲：「萬典千經，皆已囊盡，乃最上一乘妙法，貫通儒釋道三教。外此皆二乘下品」。又謂：「修道乃有程限之年，大丈夫孝弟人倫之始，有道則見，無道則隱。苟能內外兩忘，洗心泯念，則三年九載，可以立證金仙，何妨在市居朝。惟外金丹一部，須擇仙山勝地（外金丹地元點化，人元服食，天元拔宅，鷄吞化鳳，枯骨成形）倘心地未了，則窮年卒歲，猶是凡夫，豈能身外有身，粉碎虛空，白日羽翰耶」。又云：「世之求道者，不知先天之真精真氣真神，而求之凡精凡氣凡神。不知先天之真銀銅汞砂，而求之凡銀銅汞砂。五金八石。以陰補

陰，猶以死起死，萬無是理。大抵惟採無形，可以化有形之體，惟採無始，可以存始之真。若非真砂鉛銀汞，焉能化凡砂鉛銀汞，望五金歸真，八石聽命乎？若非真神真炁真精，性命同出於身內者，焉能合形軀，長壽命，出有入無耶？點化尚不能，延形尚不及，焉能望身外有身，刀圭入口，白日羽翰耶？噫！樵陽之名，豈徒地名號歟！抑樵之爲言，採也，取也；陽之爲言，水金也。一點陽精，真種子也，生天地人物之父母也。採此一點真陽，一畫乾金，修合成內外大丹也」全序以此三則最簡最精，最類呂祖原文，故特錄之，餘若照全文影入，反有損本書價值而厚誣呂祖矣。故特刪之，想呂祖有知，亦當莞爾默點也。

四、原書卷首尚有玉皇上帝寶誥，呂祖帝君寶誥，許真君誥三篇，卷中雜入許旌陽真君松沙記及龍沙識記二篇，瀛洲仙籍序一篇，許祖浮雲宮八百洞天眞席記一篇，瀛洲仙籍一篇，與原書正文不類，亦係後人竄入亂筆之作，於讀者無益，於原書有損，故爾一併刪去。

五、原書所附樵陽子語錄，另一書載爲黃元吉語錄，查實有誤。因其大有益於世道人心，故仍影入。

六、本書所載太上道祖日用眞經，言下手工夫，入聖工夫，養丹工夫三段，確可爲吾人之太上日用眞經。



七、本書所附刊濟陽子之金丹妙訣十六字，亦同爲至簡至要之無上金丹心法。讀者幸勿以簡略平易而輕忽之也。

八、本書末附怡情小錄一卷，乃唐宋高人隱士獨露性靈之詩文逸語，有幽閒樂而無煙火味，極恬淡冲漠之至，可以悟性，可以入道。

歲在庚子盛暑白雲老叟蕭天石於大雪山白雲居



新鐫道書樵陽經目錄

一卷

圖

下手功夫

煉藥神功

女功修煉

白玉蟾祖師樵陽經後序

二卷

樵陽子語錄

樵陽經

一

道祖日用經

金丹妙訣

無名天地之始

太極陰陽之始

恍惚中物

杳冥中精

無始以前

有始之初

陰陽之始

五行之胎

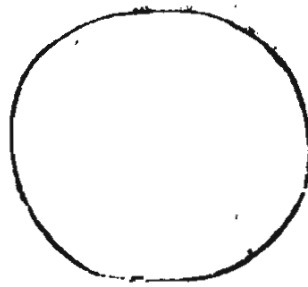
八卦之源

有名萬物之母

生身受氣之初

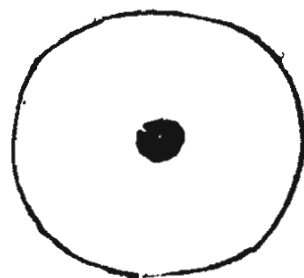
極

無



極

太



修之則曰道

煉之則曰丹

順之則生人

逆之則成仙

予牝門

斗柄逆旋左右象

真神室

呼吸

真金鼎

台光返照始成仙

無形有機

一問一闕之謂道

歸根竅

有中無  
龍虎穴

復命關

黃婆舍  
硃砂鼎  
偃月爐

往來不窮之謂通

心下腎上肝左肺右

氣是延年藥  
心為使氣神

流珠

潔

癸水

白

備丹田沉  
之棄濁蠲

見

烹煉九陽  
數用鉛不

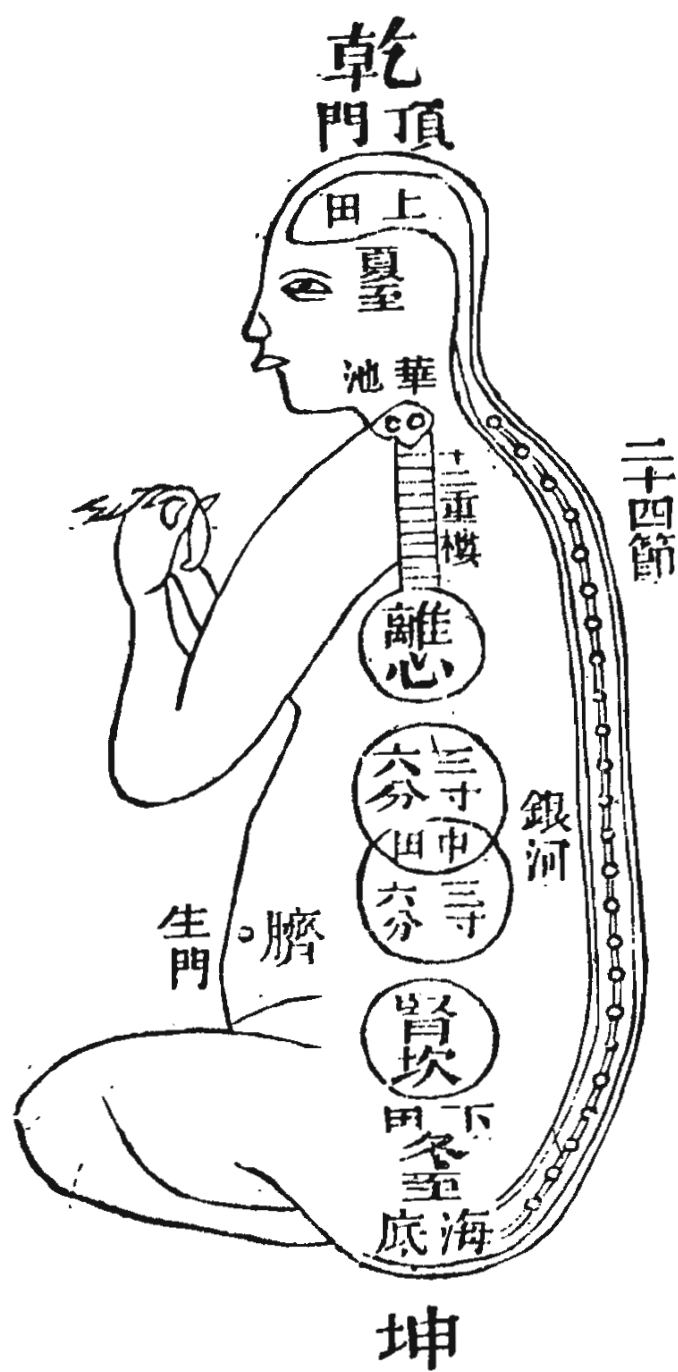
寶

用鉛

此竅非凡竅  
乾坤共合成  
名為神氣穴  
內有坎離精

若知行氣訣  
便是得仙人

非腸非胃一氣流通



--	--	--



新鐫道書樵陽經卷一

濟一子瑯城傅金銓較刊

三天金簡秘旨五陵昇仙至寶真空寂鎮玉液大還丹樵陽經  
下手功夫

夫功夫下手不在作爲作爲都是後天今之道門多流此弊故  
世罕全真不可着於無爲無爲又落於頑空今之釋門多中此  
弊故天下少佛子此道之不行由不明也初功在寂滅情緣掃  
除一切雜念方可下功除雜念乃是第一着築基煉己之功也  
至功完撒手亦要克去人欲之私澄心習靜此心卽便是天心

每日先靜一時。待身心都安定。氣息都和平了。再將雙目微開。垂簾觀照。心下腎上一寸二分之中。不卽不離。勿忘勿助。微微着一些念。凝照於中。耳目都收於中。萬念俱泯。一靈獨存。此無念之念。謂之正念。乃先天之真念。發露處。雜念未萌之始。卽真意也是爲真土。又名黃婆。於此念中。若有若無。不可太執着。又不可太放了。滾滾轆轤。活潑潑地。再將氣微微呼上上。不衝心。微微吸下下。不衝腎。悠悠揚揚。一往一來。若亡若存。一照一用。念收緊了些。恐火太炎。有水乾之虞。當舒舒閒閒。少放一些念。放縱了。恐水太濫。有火寒之弊。當照顧於中。少收入些。行之一

七二七。自然漸漸兩腎火蒸。腰俞煖氣日盛。息不用調。自然於上中下。出不入。是爲胎息。是爲神息。是爲真人之息。以踵踵者。深深之義。是爲真息。是爲歸根復命。自然一闔一闢無形而有機。是爲真橐籥。真鼎爐。是爲予北之門。天地之根氣處到此時。如花方蕊。如胎方胞。自然真氣薰蒸榮衛。由尾間升夾脊。至泥丸。下鵲橋。過重樓。至絳宮。而落於中丹田。是爲河車初動。但氣至而神未全。非真動也。不可理他。我只微微凝照守於中宮。一步步。自有無限關節。無窮景象。無盡生機。所謂養鄞鄩者。此也。見此一番光景。陰陽方有門戶。真氣方有升降。乾坤方有往來。

行之一月二月我神益靜靜則無爲而神益生此爲煉精化炁之功也。百日立基之功溫溫火候既已行之一月兩月或百日精神益長真炁漸盈血水有餘自然坎離交媾乾坤會合神融氣暢一霎時間真炁混合自有一陣百脉上衝是真河車動中間若有一點靈光覺在下丹田是爲結就黍米之珠是爲種一粒之珠於泥底是爲地雷震動山頭雨洗濯黃芽出土來此時便是一陽生了如秋潭夜月沉沉湛湛映於碧波之中如紅日初升隱隱淪淪照於滄海之內似露非露若隱若顯如神龍引水雲騰水湧雲中之電光地下之海潮如明月如朱橘如金蠶如流星

種種景象。不可枚舉。方坎離未交。虛無寂靜。將神凝照於中。行之百日。功無間斷。方得成胎。是爲五行配合。水火相交。坎離合一。是之謂二候。採取謂之小周天。謂之前行短。乾坤坎離既交。是謂四候。得藥。彖珠呈象。神居鼎內。丹光不離河車。逆轉是謂行大周天。謂之行九轉。大還。謂之後行長。鼎內丹光不明。須要行配結火。直待鼎內丹光明。方可行大周天。火若早行之。是謂養空。鎗反致燥散。將凝之真精氣。虛無寂靜之中。見此一點性理。真機聽他自然。上昇爲妙。纔着些意。採取便有阻化機。故時至陽生。採取配合。純是先天自然。運用無中生有。故云有作有。

爲皆是幻。無相無形。始是乎靜裏。天機心知。神運自然。真氣漸著。是名元始祖炁。又名受氣生身。一點真陽精也。是爲坎離精。是爲真種子。是謂水中乾金。是爲乎牝。性命未交。神炁未合。此一點真陽。尙屬兩家。隱埋於情識嗜慾之中。無形無朕。性命既交。神炁既合。此一點真炁。混而爲一。迥露於慾盡情寂之時。而有象有精。到此地位。息住於胎。入脉俱停。陽升陰降。時刻無差。千種光華。萬般景象。我只微微凝照於中。出不入。無去無來。任他龍爭虎鬪。河車運轉。天地反覆一番。須臾動極而靜。他自然上升入於開合之中。溫溫鉛鼎。光透簾帷。到此時。我只時時。

照應綿綿若存。用之不勤。迴光返照。以意溫溫。穩把元神。凝照守住。他於丹田。少頃一念不生。他亦止於胞中。惺惺不沒。終年不出。是謂封固火候。此安神入鼎工夫。若徒知採取。而不知此功。終久行之。總沒下落。故有見龍不識龍。見虎不識虎之譏。安神入鼎。一點真機。自然長存。到此便是二陽生了。百脉周流。一點惺惺。止在胞中。燦然不沒。無去無來。無間無雜。如嬰兒之在母腹。無有一念。一路工夫。不可間斷。神自爲之自然。白雪漫天。黃芽滿鼎。自一陽二陽三陽。真意灌注。日復一日。一日一周天。從微至著。漸漸盛大。如夜深月正明。天地一輪鏡。萬籟無聲。乾

坤寂靜景象。直至四陽五陽六陽十月功足。表裏虛明。遍體金  
光。方成純乾。皆此一點杳冥恍惚真精凝結積累而成。可以神  
睹。不可以想象求。一步步自然功成。不可逾越助長。故自一陽  
生後。神居鼎內。丹光不離。須要真友調護。飲食寒暑。備用一切。  
不關於心。終日如愚。如雞抱卵。如龍養珠。念茲在茲。金鼎常暖。  
玉爐不寒。默守此一點靈光。所謂家家月也。我無爲而神自有。  
爲使之漸凝漸結。是爲煉氣化神。此時名爲得丹。仙經謂一點  
落黃庭是也。神入炁成胎。炁歸神結丹。但人雜念少者得丹早。  
雜念多者得丹遲。在人一刀兩斷。坐下掃刷之勇猛。不勇猛耳。



此法易簡。迴風混合。百日功靈。工夫迅速。捷如影響。得丹之後。只有十月之功耳。三百日火。十箇月胎。到此神光返照。內鏡朗然。此時百魔俱出。引入他宗。必平常時積功累行。而天神自祐。結丹之後。有許多景象。皆是平生夙習雜念。至此盡出。皆非正物。非真景象。不可被他引誘。被他驚恐。我只將工夫行之。無有間斷。十箇月不可使一毫雜念入於中宮。否則恐有喪失。大丹不固矣。行住坐卧。不離這箇。大抵只迴光返照。凝神入於氣穴。一神內守。真息綿綿。用之不勤。出不入。虛極靜篤。靈臺寂寂。絳宮惺惺。雜念泯而覺照存。是謂真空。溫溫火候。自然天機發。

動。真。炁。朝。元。乾。坤。反。覆。進。退。有。度。動。靜。不。踰。時。行。而。行。不。得。遏。  
止。自。然。而。行。也。雲。收。霧。捲。皓。月。孤。明。時。止。而。止。不。得。強。行。自。然。  
而。止。也。此。乃。自。然。天。機。生。成。造。化。非。人。力。所。能。爲。也。一。着。有。爲。  
便。是。後。天。內。丹。火。候。自。首。至。尾。只。是。溫。溫。爲。主。但。安。神。息。一。任。  
天。然。真。火。真。火。者。真。神。炁。也。候。者。無。間。斷。也。無。間。斷。無。絕。續。不。  
出。不。入。勿。忘。勿。助。綿。綿。若。存。用。之。不。勤。用。之。不。勤。卽。溫。溫。矣。非。  
如。外。丹。有。加。減。之。功。運。用。之。法。也。此。一。點。惺。惺。真。機。卽。佛。之。圓。  
陀。陀。見。此。性。卽。成。佛。也。仙。云。無。油。燈。照。十。方。卽。金。丹。也。故。曰。得。  
其。一。萬。事。畢。泰。同。契。曰。金。來。歸。性。初。乃。得。稱。還。丹。是。坎。中。一。點。

真陽上升。與元神混合於中宮。故曰性命雙修也。心火下降。腎水上升。若火不下降。即水不上升。此一點真精。輝輝然由下田而上中田。由中田而至。上田皆自然造化。不容着一毫智力。真陰之氣。神也。性也。有中之真。無也。真陽之氣。命也。一點靈光也。無中之真。有也。有無相合。神氣混融。即丹也。道也是謂太乙含真。炁也。如此行持。一路無有間斷。自然百脉俱佳。紅血化為白膏。河車大定。真氣洋溢。不動到此。自然金光罩體。此真景象也。漸漸自覺能出入之時。計此十月功足。或飛舞於三關。或身飛於峭壁。或冲升於上院。此身外有身。再不可行前功夫。是謂天

地靈造化慳。火候足。莫傷丹者。此也。十月胎功到此。只是真空靜坐。或一年二年。三五年。至十年。二三十年。百年。打破虛空。與太虛等。是謂虛空粉碎。此爲煉神還虛之功也。前功十月既滿。須時時照顧嬰兒。十步百步。千里萬里。以漸而出。倘或放縱。不禁風雪矣。久久行持到壯。透金貫石。入水蹈火。通天達地。去來無碍。隱顯莫測。心欲一則一。欲百則百。是千萬億化身也。再行功滿濟世拔貧。服煉神丹大藥。形神俱妙。白晝飛昇。全家拔宅。又在功德之淺深何如耳。如或不服神丹。只是陽神冲舉。萬劫長存。回視舊骸。一堆糞土。如再修服大丹。刀圭入口。白日羽翰。萬

刼長存與宇宙同泰矣

煉藥神功

夫靜功在一刻亦有一刻之煉精化氣煉氣化神煉神還虛功  
夫在內不但十月然也一時卽一日一日卽一月皆然坐下閉  
目存神大放下身心一場使心靜息調卽是煉精化氣之功也  
然後微開雙目迴光返照凝神入於氣穴使真息自來自往內  
中靜極而動動極而靜無窮景象無限天機乃是煉氣化神之  
功也如此真炁朝元陰陽反覆交媾一番他自然風恬浪靜我  
於此時將念止於丹田卽是封固火候此封固功夫平常時亦

行之。非但於一點落黃庭時爲然。凡後而行功。靜極而動。動極而靜之時。皆宜大休歇一場。臨坐完時。起身時。亦少行之。坐而起。畧止少頃。又大放下身心。閉目大定。大休歇一回。方起。卽是煉神還虛之功也。卽刻卽時。卽日卽月卽年。皆有此三部功夫。不但入園十月。故曰運之一刻。一刻之周天。運之一時。一日一月。一年。卽一時。一日一月一年之周天也。然一刻中。上半刻爲溫。爲進陽火。爲陽。爲望。爲上弦。爲朝屯。爲春夏。下半刻爲涼。爲退陰符。爲陰。爲晦。爲下弦。爲暮蒙。爲秋冬。一時則有上四刻。下四刻之分。一日一月一年皆同也。此之謂攢簇陰陽五行一刻。

之工夫。奪一年之氣候也。

### 女工修煉

太陰煉形。與男子修煉之法。大同小異。初功下手。閉目存神。大  
休歇一場。使心靜息調。而後凝神入於氣穴。在兩乳間。心窩上。將兩手  
交叉捧乳。輕輕揉摩三百六十遍。將氣自下丹田微微吸起。二  
十四口。仍用手捧乳返照調息。久久自然真氣往來。一開一闔。  
養成鄞鄂神氣充足。真陽自旺。其經水自絕。乳如男子。是謂斬  
赤龍。如此久久行持。後不必捧乳吸氣。只凝神於炁穴。迴光返  
照。是謂予乳之門也。真息悠悠。虛極靜篤。陽氣薰蒸。河車運轉。

萬朵紫雲籠玉宇。千條白脉貫泥丸。自覺一點靈光不內不外。自下田上昇絳宮泥丸下重樓。歸於金胎神室。廻光凝神真息。住於中宮鼎內。是神入室矣。是爲予札。是爲胎仙。卽一點落黃庭也。其後十月工夫。陽神出現。粉碎虛空。一路修真與男子同。無彼此之別也。

白玉蟾祖師樵陽經後序



白玉蟾祖師樵陽經後序

嗟夫人稟一以生。一存而存。一亡而亡。守一不離。乃可長生。此一非頑空之一。不落有。不落無。不落上下四旁。不偏不倚。乃性命二字。真陰真陽而成。分之則爲兩儀。合之則爲太極。太極從無極中來。此一點靈光。生在無極之中。如黍米乎珠。故曰一粒黍中藏世界。實生天生地。生人生萬物之父母。故曰無名天地之始。有名萬物之母。聖人制爲金液還丹。名曰外丹。採元始祖炁。虛無妙有。真山澤之中。而取日月之精華。乃天地之一。亦吾人之一。採而煉之。制

爲玉液還丹。名曰內丹。此丹採於吾人四大之中。生身受  
炁之初。搏而混合。乃性命之真精。聖人知一之根。而從此  
一點修來。先內後外。以神馭氣。而成道。卽是以性合命。而  
成丹也。寂靜虛無。覺照圓滿。真空寂鎮於中。中者。卽予牝  
之門。一之安身定命處。故使一點性火下降。而一點靈光  
眞命之水上。升混合於中宮。而爲一。是爲得一之一。得一  
復忘其一。故曰得丹。亦曰一點落黃庭。此爲內外雙修之  
大旨。學者惟貴二六時中。六欲不生。萬緣頓息。靈臺寂寂。  
絳宮惺惺。從此一點靈機上。刻刻不離照顧。眞定則行住。

坐卧無往而非道。君子無終食之間違仁。造次必於是。顛沛必於是者。此也。戒慎乎其所不睹。恐懼乎其所不聞者。此也。終日醺醺如醉。漢悠悠只守洞中春者。此也。觀自在菩薩者。此也。今天地大劫八百昇騰之日。聖道大明之時。故此一着盡性致命之功。

上天爲八百開闢泄三天之秘密。著作丹經。指明內外命吾

呂祖帝君

許祖都仙授之樵陽九年學就大還丹。三年煉成外金液。闡

揚正道。盡露真傳。以授八百。故目是經曰樵陽經。傳是經者。皆在有緣。累劫修來。如幸逢之。卽樵陽之授受也。故經之首。以玉液內丹爲冠。內丹成。外丹就。必也有聖人之體。然後可以行聖人之用。以性招命。以神馭氣。以炁歸神。性命雙修。名曰玉液還丹。養性而不墮於空。命在其中。守母而復歸於朴。性在其中。斯性命兩全。然雖身外有身。猶未盡其妙。從此三年九載。一朝粉碎。虛空直超三界。斯爲了手矣。

樵陽子語錄

樵陽子姓劉名玉。字頤真。號玉真子。其先鄱陽石門人。父遷新建縣之樵陽市。生於南宋理宗寶祐五年丁巳八月二十日。都仙親降其家。授以中黃大道八極真詮。爲八百之首。至元武宗至大元年戊申。以傳教之任付黃元吉。曰。吾此生爲大教初機而來。異時再出。當與八百弟子俱會。告以返真之期。春秋五十有二。元吉字希文。豐城人。

或問古今之法門多矣。何以此教獨名淨明忠孝。先生曰。別無

他說淨明只是正心誠意。忠孝只是扶植綱常。但世人習聞此語。多忽畧過去。此間却務真踐實履。

又曰大忠者一物不欺。大孝者一體皆愛。

又曰何謂淨。不染物。何謂明。不觸物。不染不觸。忠孝自得。又曰忠者忠於君也。心君爲萬物之主宰。一念欺心。卽不忠也。人子事其親。自謂能竭其力者。未也。須是一念之孝。能致父母心中印可。則天心亦印可矣。如此方可謂之孝道格天。

人之性本自光明。上與天通。但漸染薰習。縱忿恚慾。曲昧道理。便不得爲人之道。則何以配天地而曰三才。所謂忿者。不只是

恚怒嗔恨。但涉嫉妬小狹。福淺不能容物。以察察爲明。一些箇放不過之類。總屬忿也。若能深懲痛戒。開廣襟量。則嗔火自然不上炎。所謂慾者。不但是淫邪色欲。但涉溺愛眷戀。滯着事物之間。如心貪一物。綢繆意根。不肯放舍。總屬欲也。若能窒塞其源。惺惺做人。則欲水自然不下流。雖是如此。其中却要明理。明理只是不昧心。天心中有天者。理卽是也。

先生曰。淨明大教。大中至正之學也。可以通行天下後世。而無弊。緊要處在不欺昧其心。不斲喪其生。謂之眞忠至孝。事先奉親。公忠正直。作世間上品好人。旦旦尋思。要仰不愧於天。俯不

作於人內不疚於心。當事會之難處處。以明理之心處之。似庖丁解牛的妙手。處教十分當理。着步步要上合天心。只恁他做將去。夙興夜寐。存着忠孝一念在心者。人不知天心中黃太一之景。名曰天心。又稱祖土。乃世間生化之所由。萬理之所都也。散在人身中。謂之丹局。所以曰人心皆具一太極。一切善惡因果。所不能逃。如影隨形者。蓋於上界實相關繫故也。所以學道者。必先窮理盡性。以至於命。明理之士。自己心天光明洞徹。自是不昧。言行自然。不犯於理。絲毫礙理之事。斷斷不肯爲。只爲心明故也。心明則知本性下落矣。旣知本性。復造命源。當是時。



污習悉除。陰滓普消。升入無上清虛之境。極道之墟。水火風災之所不及。方得名爲超出陰陽易數生死之外。

或問祈禱亦有卒無感應者何耶。曰。兩陽關係天地間生意。至誠求請。烏得不應。若平日操修涵養。不能上合天心。一旦欲求其應。不亦難乎。人事盡時。天理自見。

或問都仙真君斬蛟之劍。可得聞乎。先生曰。道劍也。智鋸慧鋒。實出一氣。未發之先。寂然不動。所謂形而上者。謂之道。既發之後。感而形而下者。遂通謂之器。如星於地而爲石。霆所擊處有遺斧。卽陰氣之渣滓。今廬陵予潭觀所藏之劍。非鐵非石。長不踰尺。實智

鍰慧鋒之渣滓也。

又曰人心之動。因物有遷。當於物接之初。反觀以遏其源。所謂復也。凡物之理。動無不復。雷轟風動。與行萬變。終歸於寂。乃其本也。

先生曰。無極者。卽太上所謂谷神。言其體也。太極者。卽予牝。蓋言其用也。谷虛而善應。神靈而無方。以至靈之物。藏至虛之所。能如是矣。則乾道變化。各正性命。此予牝所以爲天地根也。又曰。大道生我於無。置我於虛。確然一靈。根於太始。故視而可見者。色也。而求其所以見色者。不可得。聽而可聞者。聲也。而求

其所以聞聲者不可得。夫人之耳目手皆形之於有。必藉其中無形者運之。猶虛空無形。以萬物之形爲形是也。惟無也。故能包萬有而無餘。以成大道之體。惟有也。故能顯一無之妙用。以成大道之功。

吾初學淨明大道時。不甚誦道經。亦只是將舊記儒書。在做工夫耳。如崇德尙行。每念到戒慎乎其所不睹。恐懼乎其所不聞。言悖而出者。亦悖而入。貨悖而入者。亦悖而出。此等語言。發深信心。不敢須臾違背了。至於用心道妙。每到人有雞犬放。則知求之有放心。而不知求。及夜氣不足以存。則其違禽獸不遠處。

便自然知耻。一時感激。不啻如湯火芒刺之在身。心便思道。我若悠悠上去。不了此道。未免做先覺之罪人。直是寢食不遑安處。後來庶幾有進矣。感格穹霄。得些樂處。靜而思之。實由當時知耻之力也。

吾有三則古語。學者可以佩受。志節要高。毋習卑污。務圖近效。器量要大。毋局褊淺。不能容物。操履要正。毋徇己私。隨邪逐物。先生曰。世間粗心學道之人。常說自己無有不是處。豈有此理。但是未嘗靜定思維。若將細細比較他古人成就。是爭多少階級。所以某常說人不能自謙。何可望其進道。

或問淨除邪念。有何法度。先生曰。這個却在念頭幾微上工夫。如何是幾微。譬如惡木萌蘖。初生時。便要。和。根。剗。却。若待他成長起來。枝葉延蔓。除之較難了。易曰。履霜。堅冰至。言履霜之初。要防備後頭有堅冰。陰氣轉盛時。所以又曰。君子見幾而作。不俟終日。

又曰。此教法大概只是學爲人之道。淨明忠孝。人人分內有也。但要人自肯承當。入此教者。或仕宦。或隱遯。無往不可。所貴忠君孝親。奉先淑後。至於夏葛冬裘。渴飲饑食。與世人畧無少異。只就方寸中。用些整治工夫。非比世俗所謂修行。殊形異服。廢

絕人事。沒溺空無。所以此學不至潔身亂倫。害義傷教。

或問曰。先儒言雷霆。只是陰陽二氣凝聚奮擊而然。言亦不及雷車石斧之屬。何以道教中却有雷神姓名。服色不一。果有之耶。果無之耶。願釋其疑。曰。皆是也。吾聞大道之全。有渾然。有粲然。今夫雷霆。一陰一陽。其原實出於天之道。所謂渾然者是也。朱子云。未發之前。氣不用事。若誅擊世間不孝惡物之類。則實有雷神奉行。所謂粲然者是也。渾然者。先天之道。粲然者。後天之氣。大概真儒抱先天之學。只認着渾然之道。談多不及後天之詳。非不知也。特不言耳。後天法家。只認着雷霆天將之屬。無非粲然之氣。

有時問他雷霆起處。多是漫不加省。箇中惟有曾踏上頭關的。親見過來也。先天後天。渾然粲然。無有不是。

道寓於物。混成無間。此常道也。道散於物。辨物制名。非常道也。無極而太極。太極而兩儀。兩儀而五行。自無而之有一。一本萬殊也。五行一陰。陽。陰陽一太極。太極本無極。自有而之無。萬殊一本也。惟反身而誠。復歸於一。則萬物皆備於我矣。天命流行。化育萬物。無非道也。日月星辰。昭布森列。無非經也。雷轟霆擊。霜清雪明。無非法也。細而幽林鳥噪。碧澗魚跳。雲片收張。瀑聲鳴咽。如是景象。無非是人入處。故復卦以動之端。爲

見天心之處。物理之相感。有不疾而速。不行而至者。燧諸水火。穹壤匪遙。磁石引鐵。隔礙潛通。知法家之符印。爲燧諸而一已之靈。爲真水火。則可與語道法矣。非惟物理爲然。人亦有之。其毋齧指其子心動。此氣類之相感也。

又曰喜怒哀樂不失於正。於道無傷。但發之各有攸當。不致乖戾耳。

先生曰。吾淨明大教。示人以簡易之理。而人猶難之。甚矣道之不明也。學道之士。當篤信心。萬一懷疑。便有窒碍。已且昏惑。何以明人。夫天與之而不能守。守之而不能行。是棄天也。自卑以



求售其言。自鬻以求售其學。是藝天也。棄天藝天。是謂背道。凡我法子。戒之慎之。

--	--	--

太上道祖日用真經

夫日用者。飲食則定。禁口端坐。莫起一念。萬事俱忘。存神定意。口唇相黏。牙齒相著。眼不視物。耳不聽聲。一心內守。調息綿綿。漸漸呼出。莫教間斷。似有如無。自然心火下降。腎水上升。口裏津生。靈真附體。得至長生之路也。

首段是下手工夫。學者勤修。切莫錯過。

十二時中。常念清靜。一念不起。謂之清。靈臺無物。謂之淨。身是氣之宅。心爲神之舍。意行則神行。神行則氣散。意住則神住。神住則氣聚。五行真炁。結成刀圭。自然身中有身。

冲和氣透醍醐灌頂。行住坐卧。常覺身體如風之行。腹中如雷之鳴。耳聽仙音無絃之曲。不言而自聲。不鼓而自鳴。神氣交結。嬰兒回轉。得觀內景。神自言語。見虛無之事。與聖同居。結成太丹。神自出入。與天地齊壽。日月同明。脫離生死矣。

中段是入聖工夫。十二時中。是入聖之時。身心清淨。身不動而精。生心不動而氣聚。意不動而神凝。身心意大定。自然精氣神合結成丹。

莫教有損。十二時中。常要清淨。神是氣之子。氣是神之母。

如雞抱卵。存神養氣。能無離乎。妙哉妙哉。玄之又玄。人身中有七寶。是爲富國安民。精氣盈滿也。故曰心。腎。血。氣。腦。精。髓。是爲七寶。歸身不散。煉成大藥。萬神盡登仙矣。末段言莫教有損。爲養丹工夫。日則防思慮。夜則防遺洩。十二時中。誠惶誠恐。故要常清常靜也。

--	--	--

道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

# 金丹妙訣

自由出版社印行





金丹妙訣一十六字

濟陽子撰註

收視返聽

濟陽子曰。收視者。乃將眼光。從外收入。玄關之中。停息靜定。化成甘露。吞下於丹田。用意送歸。炁穴之內。眼光下視。炁穴。神觀靜定。卽觀自在菩薩。所謂返觀內照常心。靜性。命雙修。出苦輪也。書云。下手先制兩眼。兩眼乃藏神之所。須要內觀。不可外視。余曰。不觀近。不觀遠。常觀無爲一竅。此竅乃玄關竅也。道祖云。常有欲以觀其竅。常無欲以觀

其妙。妙者。竅中之妙。能觀察妙。謂之定慧。昔黃帝得彩鳳。書云。飲啄不止。身不輕。思慮不止。神不清。聲色不止。心不寧。心不寧。則神不靈。神不靈。則道不成。其要妙也。不在瞻星禮斗。苦己勞形。貴在湛然。方寸無所營營。神仙之道。乃可長生。所謂心空一分。性見一分。心空十分。性見十分。豁然貫通。謂之曰明心見性。故元神外出。急速回光。收入於腔子裏。雖一刻工夫。自然身心兩靜。百邪俱散。果日當空矣。起念神卽出。止念神卽回。故禪家以止念爲要。儒教以克己爲功。道門以煉己爲最也。返聽者。返聽丹田之妙也。

人若耳根不覺逐聲。急切凝韻。收回入於炁穴。返聽丹田之妙。自然禪機靜默。湛然常寂。日久純熟。如如不動。自然冲和大定。故曰目雖見色。吾則迴光。而內不受納。耳雖聽聲。吾則返韻。而內不受音。神雖應物。吾則靜定。而內不起思。元陽發動見物。吾則內醒而不迷。速用風火烹煉。凡無念之間。洩精之位作動。以及男子外腎舉。坤人月信行。此是關元動。名爲活子時。見而不迷邪念。立定志氣。收斂微細之元神。入於動炁之中。念茲在茲。息息歸根。綿綿若存。無少間斷。守到精血化而成炁。卽將此炁逆歸炁穴。定心。

封固。撥濁氣於湧泉。另將元神守炁穴。微微吹噓。炁足自然往後旋升。過三關。上泥丸。進玄竅。玄竅呼吸。法輪流轉。停息靜定。化甘露降下丹田。炁穴歸根復命。雖一刻之功。不覺神炁混合。形神俱妙。身心快樂矣。此修山之妙法也。夫人之神在心。心之機在目。目視十里之遙。心神隨去十里之遠。目不逐物。從外返內。心神隨之在內。不但在內。而且定矣。心則大定。腎水升上於泥丸。心火降下於丹田。口飲甘津。周身快樂。故云時刻迴光返照。便易學。心無妄想。便是道。昔黃帝得神芝圖。求指於太乙皇人。曰此乃三一

之道也。人能常守三一。定成真仙。三者何。精氣神也。先天本歸一。後天分爲三。眼不視而凝。神耳不聽而保。精口不言而養。炁。眼耳口三關緊閉。則保精養氣存神之道得矣。所謂外三寶不漏。內三寶不洩。煉三歸一。名曰三花聚頂。頂者。卽玄關竅也。此竅乃天地之根。三才之源。法藏眼。總持門。上天梯。南天路。曰玄牝。曰戊己。曰刀圭。曰真一。無非金木合併之處。嬰姤相會之鄉。書云。惟精惟一。允執厥中也。孔聖曰。吾道一以貫之。達摩曰。得了一。萬事畢。噫。名色多端。不外玄關一竅而已。古仙云。此竅非凡竅。乾坤共合。

成。名。爲。神。氣。穴。內。有。坎。離。精。要。得。此。竅。非。明。師。莫。識。故。云。  
任。君。聰。慧。過。顏。閔。未。遇。師。傳。莫。強。猜。只。有。丹。經。無。口。訣。教。  
君。何。處。結。靈。胎。人。若。得。此。一。竅。常。將。耳。目。口。歸。於。竅。內。謂。  
之。三。花。聚。頂。再。將。調。息。綿。綿。是。謂。四。相。歸。戊。己。戊。土。在。丹。  
田。己。土。寄。玄。關。能。克。己。自。然。復。禮。卽。凝。神。入。丹。田。眞。炁。復。  
歸。玄。關。之。中。是。所。謂。取。坎。填。離。者。此。也。

### 凝神入炁

濟陽子曰。人之神。日則散亂無依。夜則夢幻多端。若不凝。  
歸入定。則形神豈能俱妙乎。法在時刻迴光返照。將元神。

凝歸祖竅玄關之中。靜定化成甘露。吞下從中臚送歸臍輪。炁穴。此穴卽在腰前臍後。其中稍下有一虛無圈子。是也。名曰太極。乃吾人受生之初。所結而成此縷。吾心止於此。而內觀之。卽將向來所凝之神。盡歸入此穴之中。似猫捕鼠。如龍養珠。真炁自然內運。暖熱陽生。夫吾人自剪落臍帶之後。此穴中之真炁。不能與玄關相通。水火不濟。任督塞閉。有死之機也。自得訣歸來。凝神存想玄關。久久靜定。則呼吸之氣。從甘露深入炁穴。息息歸根。綿綿若存。靜定之時。則炁穴元氣。往後而升上玄關。停息化甘露。從玄

關再下炁穴。子母相會。破鏡重圓。一升一降。水火既濟。漸凝住。丹基堅固。主旨云。含養本源。救護命寶。玉蟾祖師云。早遇明師傳口訣。只要凝神入炁穴。杏林師白。萬物皆有死。元神死復生。以神入炁穴。丹道自然成也。

### 調息綿綿

濟陽子曰。前文神凝氣聚。靈根充實。丹基築固。然不調定真息。又恐火冷丹遲。靈藥不生。夫調息之法。難言。常得沖和大定。真息調矣。古仙云。調息要調真息。息煉神須煉不神。神。這個真息之息。與那個不神之神。他兩個總是真龍。



虎。真陰陽。真水火。真夫婦。真胎息。真玄牝。真橐籥。噫玄牝。  
一呼一吸。橐籥一闔一闢。互相往來。天然火候。豈在口鼻。  
亂施爲乎。然有兼用之法。故先聖云。調息須隨息。知心不。  
用心。巍巍常不動。頃刻產真金。妙哉金也。綿綿者。卽十二。  
時中。時時刻刻。不可間斷之旨也。夫人之真息。如天之日。  
月。天之日月。晝夜輪轉。往來無停。人之真息。後升前降。豈。  
有停乎。而豈可間斷乎。要須上至玄關。下至炁穴。靜定炁。  
穴。息息歸根。綿綿不絕。煅煉純熟。自然常升常降。鍾離祖。  
云。但能息息。皆相顧換。盡形骸。玉液流。若夫行之一時。而。

歇一時。行之一日。而歇一日。豈成金丹之道哉。孔子云道也者。不可須臾離也。可不思乎。

心息相依

濟陽子曰。心者非肉團日用之心。乃本性真如之天心也。儒云。人欲淨盡。天理流行。正能見此天心。西遊記一書。全憑悟空。悟空本性見真如。故曰見如來。如理而去。如理而來。能空凡心。卽能見天心。見天心。卽見如來。要見如來。須待時。邵夫子云。月到天心處。風來水面時。心經曰。時此時。卽見天心之時。陽氣發生之時。一元復始之時。時至神知。

天心在焉。如來見矣。丹田暖暖熱。萬物皆逢春。妙哉妙哉。夫息者。非口鼻有形之息也。乃是炁穴內中之真息。要見此息。須除雜念。致虛極。守靜篤。心空性見。口鼻無氣。凡息停而真息動。恍惚杳冥。炁穴現出一竅。渾渾淪淪。名曰竅中竅。卽上文時至神知。人當至靜在於夜間睡醒時。清靜之極。葯產神知。不知者是當面錯過矣。須要凝神入炁穴。息息歸根。若忘若存。猛烹極煉。煉精化炁。逆收入炁穴。候陽炁暖熱。運行週天。心息相依。神炁不可須臾離。離則屬於枯偏矣。古云。神行炁行。神住炁住。相依不離。正誠堅志。

採取烹煉呼吸升降動靜往來進退均宜冲和大定天然  
真火候有無窮之妙用矣金丹從始至終不離此法纔能  
成就大矣哉心息之妙旨也若夫行住坐卧口鼻之息宜  
要調不調不能見真息其法在於凝神入炁穴心守炁穴  
意隨往來呼接天根玄關吸接地根炁穴所謂內交真炁  
存呼吸自然造化返童顏陳致虛曰一條大路少人尋風  
虎雲龍自嘯吟坐定要知行氣主真人之息自深深圭旨  
云不是玄門消息深高山流水少知音若能尋着來時路  
赤子依然混沌心若問來時路卽是炁穴一竅凝結成丹

超上玄關。乳哺還虛。而升天門是也。赤肚子云。炁穴之間。昔人名之曰。生門死戶。又謂之天地之根。凝神於此。元炁日充。元神日旺。神旺則氣暢。氣暢則血融。血融則骨強。骨強則髓滿。髓滿則腹盈。腹盈則下實。下實則行步輕健。動作不疲。四體康健。顏色如桃。去仙不遠矣。

--	--	--

道藏精華第四集之五  
文山遜叟蕭天石主編

# 大道指迷直辨

自由出版社印行





## 指迷直辨弁言

慨自世之執迷者不少。指示爲貴。然而書之明辨者雖多。直言難得。茲有洗心子者。既能己之。自洗其心。并欲人之共洗其心也。本半百年之閱歷。著十一辨之要詞。言雖淺顯。理寓深微。至於愚夫愚婦。可以與知與能。顏之曰指迷直辨。誠哉指迷之捷徑。直辨之坦途也。命滌慮相與參觀。並囑爲叙。滌不敏。試就其篇章次序。連類而論之。有先天。然後有後天。有後天。然後有人與物。但人爲萬物之靈。誠能修煉後天。而返還先天。可以與天地參。而超乎萬物之上矣。故第一辨之以此。信足冠是書之首。上古之世。人與萬物並育而不相害。自口腹之貪欲無度。人物之戕賊漸起。致令人轉畜畜轉人。循環報應。

而不已。若能體天地好生之德。萬物一體之懷。潔其口以齊其心。則持齋爲要焉。故第二辨之以持齋。齋雖持矣。苟未能以修身爲本。持齋亦屬無益。故三辨之以修身。身何以修。不外乎道。但人倫之常道。必謂先生教訓而始明。況先天之大道。不訪至人而可得乎。故四辨之以得道。道之得也。將何作用。祇是教人煉魂製魄。並無別法。故五辨之以魂魄。然魂魄雖有煉製之法。還要在心地上用工夫。若能明白克其人心。存其道心之至理。則煉製方爲不虛矣。故六辨之以明心。古往聖賢仙佛。終慮人心之末由明也。於是各著經典。流傳後世。原是教人要心。唯其義。非徒教人僅口誦其文也。故七辨之以誦經。無如誦經之偏見難化。門戶之紛爭並起。凡此者。皆由於三教後學。

生執着之心。未審於三教先師有問源之理也。故八辨之以執教門。乃教門之執見一生。遂有不講究行功立德者矣。又安望其廣積陰功陰德者乎。故九辨之以功德。間或有稍做一二件功德。卽遇有魔來考。便退然自阻者多矣。故十辨之以魔考。須知天之所以降魔者。所以考試人之真假也。假者越魔越退。越考越下。真者越魔越進。越考越上。假者未行功德先望報。真者陰行功德不望報。假者執着門戶。不訪問道。只訪問教。真者無拘門戶。不訪問教。只訪問道。假者只曉得誦紙上經。不參求誦心中經。真者惟參求誦心中經。不光只誦紙上經。假者只明其人心。真者能明其道心。假者拆散其魂魄。真者降伏其魂魄。假者自失其真道。真者求得其真道。假者盡向身外修。

飾真者。只在身內修持。假者。口持齋而心不持齋。真者。心持齋而口持齋。假者。貪戀後天。墮入萬物之中。真者。抱守先天。超出萬物之表。噫嘻。由是觀之。真假二字。直可以包括一切矣。故十一辨之以此。洵堪總是書之全。雖然。天地之數。始於一者。終於十。終於十者。復始於一。十與一。轉遞無窮。則是書之篇數。無非河圖洛書之精蘊。所爲流露言之。而不容自己。夫豈蠡測管窺如滌慮。所能探其奧妙哉。勉承尊者之命。未能謝責。遂不敢藏拙筆。附吟俚句於各篇之末。并僭弁言於全卷之巔。亦不過依樣畫葫蘆。因其旨意。撮其大端。徃復而貫通之。俾閱者入目了然。不致湮沒作者。指明迷路之婆心。直道辨清之苦口。如斯而已。叙云乎哉。

萍北滌慮山人原叙

# 指迷直辨目錄

叙

先天後天並人物辨

持齋辨

修身辨

得道辨

魂魄辨

明心辨

誦經辨

指迷直辨

五

指迷直辨

執教門辨

功德辨

魔考辨

真假辨

六

## 指迷直辨

### 先天後天並人物辨

夫先天者。無形無象。無始無終。無寒暑往來。無風雲雷雨。無日月星辰。無山林河海。乃是混沌一氣。號曰無極洞天。故謂之先天也。由無極而生太極。陽氣始動。動而又生一陽儀。陰氣始靜。靜而又生一陰儀。陽氣上昇以成天。生出日月星辰。陰氣下凝以成地。生出山林河海。陰陽氣分而天地始成。號曰天地老爺。故謂之後天也。致令有寒暑往來。有風雲雷雨。有消長成敗。有形有象。有始有終。天地生成。天氣下降。地氣上昇。陰陽相結以成人也。人始成就。故有三才之名。號曰天界。地界。人界。人界之中。有秉乎清氣多者。以爲人。分別富貴貧

賤。智愚賢否。有秉乎濁氣多者。以爲物。分別胎卵濕化。飛潛動植。故謂之人與物。雖分清別濁。人與物各有不同。總不外此陰陽二氣相生以成之耳。所以陰極則生陽。然後陽氣年長。陰氣年消。長至六陽圓滿。正是人興地旺之時也。既而陽極又生陰。然後陽氣年消。陰氣年長。消至六陰俱足。正是人滅地崩之時也。故此在人界內者。六萬年又一輪迴也。自無極生天生地生人物以來。有十二萬年輪轉。六萬年屬陽。六萬年屬陰。合乎一劫之大週天也。大週天之內。又有小週天。小週天者。乃是一年之內。有十二個月輪轉。六個月屬陽。六個月屬陰。合乎一年之小週天也。小週天之內。亦有小週天。乃是一日之內。有十二個時辰輪轉。六個時辰屬陽。六個時辰屬陰。合乎一日



之小週天也。如子時一陽生。丑時二陽生。寅時三陽生。卯時四陽生。辰時五陽生。巳時六陽生。六陽圓滿。而陰又生矣。午時一陰生。未時二陰生。申時三陰生。酉時四陰生。戌時五陰生。亥時六陰生。六陰俱足。而陽又生矣。陰而陽。陽而陰。無有休息也。世有學仙者。煉至獨陽不消。孤陰不長。不消不長。永不受寒來暑往之害。生老病死之苦。消長成敗之冠。天地有輪迴。我性無輪迴。天地有陰陽。我性無陰陽。不修仙者。天地掌我之輪迴也。能修仙者。我掌天地之輪迴也。如此方能跳出陰陽輪迴之外。不囿五行四生之中。復還無極先天之體矣。

俚曰

靜煉先天化後天。人超萬物屬純乾。

箇中消息能參透。脫却輪迴壽萬年。

## 持齋辨

夫持者。行持也。齋者。齊心也。所以持齋者。必要行持得好。心口如一。然後可以齊聖齊賢齊仙齊佛耳。自寅會生人以來。草衣木食。並無烟火。與鳥獸同居巖穴。兩不相害。何嘗食肉。故有一萬餘歲者。或數千餘歲者。或數百餘歲者。況且人人俱忠厚。個個存天良。皆因不食濁味之故也。自有烟火五穀。及食肉味以後。致今百病生出。壽夭命短。只百餘百歲者。或數十餘歲者。或未及十餘歲者。況且忠厚之人少。不存天良者多。皆因食了濁味以污心之故也。蓋肉性陰濁有毒。此心被陰濁之氣所污。作事許多的欺心瞞心昧心惡心毒心種種不好的心。難以盡言。總是不知將心比心也。請看肉字中間。乃是兩

個人字寫成。原是上一人之口。吃了下一人之肉。下一人受痛苦。上一人就不知得他的痛苦。譬如一隻猛虎一般。若是他來吃我的肉。我也好不傷心。必定就要拿鎗刀。將他殺死。我就甘心。務要反轉思想一番。我吃他的肉。皆是一般。譬如我有痛苦。他也亦有痛苦。我也怕死。他也亦是怕死。我也傷心。他也亦有傷心。如此者。即是將心比心也。世人不知將心比心的道理。若是想吃之時。就去殺牲畜命。亦有愛吃殺死的。亦有愛吃燒死的。亦有愛喫打死的。亦有愛吃浸死的。亦有愛食新鮮的。總之不顧良心。貪喫無厭。豈不是把陰濁之物。污穢自己的心腹也。若不是污穢了心腹。焉有此理。故孟夫子有聞其聲不忍食其肉之說。禮記。又有無故不殺牛羊犬豕等類之說。

釋道二教。有戒殺救生之說。所以持齋者能感動天地也。何以能感動天地。蓋天地乃爲人物之大父母。人與萬物。俱是天地之子女。你若傷生害命。與物類不和。天地無不怒之。你若戒殺救生。與物類相和。天地無不喜之。順天者存。逆天者亡。此之謂也。比如人之小父母一般。若生了七兄八弟。也有聰明愚蠢的。也有富貴貧賤的。也有興家敗產的。也有勤苦懶惰的。也有六根不全的。好好歹歹。皆是父母所生。父母無有不愛子之心。倘有兄弟忤逆。今日相打。明日相罵。聰明者欺愚蠢的。富貴者欺貧賤的。身强者欺六根不全的。此等兄弟。皆不和睦。父母無不怒之。若有兄弟孝順。今日無爭。明日無論。聰明者扶持愚蠢的。富貴者扶持貧賤的。身强者扶持六根不全的。此等

兄弟皆相和睦。父母無不喜之。小父母如此。大父母亦同。正是推待  
人之心。以及待物之心也。奉勸善男信女。務要持齋戒殺。莫貪圖口  
腹而損害身心。並且免得結下許多的冤仇。造下無端的罪孽。古云。  
肉字中間人兩個。原來俱是人食人。今生食他肉四兩。來世定要還  
半觔。實不虛語。仔細思量。誠莫如齋戒沐浴者。純是一團清潔之氣。  
可以對諸神明而無愧也。故朝神造醮。祈晴祈雨等事。必須要持齋  
戒殺。方能感動天地神祇。卽可以降吉降祥。降晴降雨。凡有所求。無  
不應之矣。

俚曰

母徒戒口便爲齋。要把齋心記在懷。  
照此行持方穩當。功圓果滿步仙階。

## 修身辨

夫修身用功也。身者自己的身子也。夫人身中。有心與意。及眼耳鼻口手足並有精氣神是也。且身爲房屋。心爲猿猴。意爲烈馬。眼耳鼻口手足爲六賊。精氣神爲三寶。世有修身者。不知如何用功。任你修數百年。終入輪迴之苦海。何謂身爲房屋。蓋真性居假殼之內。如人身居房屋之中。房屋稍有破壞。必要修整。方可住人。假殼稍有毛病。也要修養。方可煉性。此身之所以爲房屋。不可不修也。明矣。何謂心爲猿猴。心者意之所主。猿猴者他無一定之主。上一跳下一跳。左一跳右一跳。頃刻之間。無所不至。極難靜之物。人心亦然。故謂之心猿。何謂意爲烈馬。意者心之所發。烈馬者他去一定要發。東一跑。西一

跑。南一跑。北一跑。片時之久。無所不往。最易動之物。人意亦然。故謂之意馬。凡人或造惡或行善或忠或奸均由此心猿意馬二物所爲也。以及六賊固無不聽這心猿意馬之令。卽心猿意馬無不藉他六賊而行。所謂六賊者。並有次第名目也。眼爲第一名賊。把眼珠一觀。或美色佳景他就起心思之。耳爲第二名賊。把耳睡一聽或淫聲邪話他就動心想之。鼻爲第三名賊。把鼻子一聞或異香怪氣他就驚心謀之。口爲第四名賊。此賊無不隨眼賊耳賊鼻賊而出之。只要眼賊起了頭。耳賊就動念。鼻賊即驚心。口賊無不去矣。四賊皆去。手賊與足賊無不從矣。六賊同黨。把精寶氣寶神寶。年偷月竊。日偷時竊。把三寶偷竊至盡。此身卽成無用之物也。況且人之身中以精氣神

三寶爲本。有此三寶則生。無此三寶則死。全此三寶則房屋堅固。失此三寶則屋房皆倒。豈不是空爲一世人身也。夫心猿意馬與六賊。又將何法治之。要用鐵鍊鐵鎖。把此猿猴鎖住。要用麻繩絲韁。把此烈馬拴了。又要掃拾上棟下宇。四門緊閉防閑。捉拿將此六賊收了。一同送至中和關內。時刻把守。不准他任意放縱。守至猴性柔。馬性純。不必用鍊而猴不走。不必用韁而馬不行。二物不動。六賊學好。不去偷東盜西。時刻在屋看守三寶。寶存而房屋皆存。修身者借此房屋正好興工修煉功圓果滿。除舊換新。脫卻百年必壞之肉身。可證萬古長存之法身矣。世有一等愚人。口說修身。又不明修身之理。全不在身中用功。一切在身外做作。與俗人身無異。焉望成仙。古云死



人不硬靠扛喪的。又云求人者不如求己也。己身不修。又有何處修之。己身不求。又有何處求之。不明此理。盡行糊塗。可不悲哉。奉勸善男信女。急訪明師指示。鎖心猿。拴意馬。之鐵鍊。韁繩。收六賊。全三寶。之中和關內。借肉身煉法身之作用工夫。只要有志能修。始終無二。不愁修不成矣。

偈曰  
幸得人身趁早修。心猿意馬一齊收。

防閑六賊全三寶。學個回頭要到頭。

## 得道辨

夫得者。得了口傳心授也。道者是返回西方之道路也。自生天生地。生人生畜。以及生萬物等類。各有一條道路而來。各有一個源頭而

生。源頭者即初生時之起頭也。天道與地道初生之理。前已明辨。畜道亦可勿論。就把物道而言。試看穀果草木之類。起初生芽。芽分兩瓣。是爲兩儀。兩儀既判。然後發出許多的枝葉。枝葉長足。然後開花結子。子復生芽。不絕其源。又把人道而言。得父之精。母之血。精爲陽。爲骨。血爲陰。爲肉。陰陽相抱。結成一個太極圖。即玄關也。中和也。不知排列許多的名字。只是萬法歸一之地方。太極又生兩儀。即一陰一陽也。又爲兩目也。兩儀又生三才。即鼻子也。三才立而四相成。即眼耳鼻口也。四相成而五行生。即金木水火土也。五行生而八卦足。即乾兌離震巽坎坤艮是也。八卦足然後生週身百脈。肉身完全。然後出胎。出胎之時。受天命之性。從口而入。即天地之氣也。以爲投胎。

但投胎之中。分別清濁之氣。清氣爲富貴賢才。濁氣爲下賤愚蠢。由是成人長大。自幼而壯。自壯而老。可惜做了一世人。百憂感其心。萬事勞其形。心感形勞。死期將至。臨死之時。把原之道路忘却。無所依歸。佛云。在生不得安身處。死後那裏去安身。只得氣從眼路而出。走入卵生之中投胎。卵生者。卽飛禽鵲鳥之類是也。氣從耳路而出。走入胎生之中投胎。胎生者。卽騾駝象馬之類是也。氣從鼻路而出。走入濕生之中投胎。濕生者。卽魚鼈蝦蟹之類是也。氣從口路而出。走入化生之中投胎。化生者。卽蚊蠓蛆虫之類是也。所以孔子有四毋。顏子有勿。釋道有四相。四毋四勿四相。統而言之。卽是眼耳鼻口也。若是走此四條道路而出之。苦不可當矣。故孔子有云。誰能出不由

戶何莫由斯道也。譬如要到西方之地。務要詳細問清路程。切不可往東往南往北而走。若是走錯了道路。必不能到西方之地。豈不是白走一番。世道如此。身中之善道亦同。世有自謂得道者。多其實不知甚麼爲道。指東說西。焉能成道。若不能成道。怎能如禾之結穀。樹之結果。禾不結穀。穀種已失。樹不結果。果種已失。人若不知尋此原來之道路。仙佛聖賢之種已失。奉勸善男信女。急訪明師。指示一陰一陽之道。究竟涅槃之道。返本還原之道。方不虛名得道。并可望其成道矣。

俚曰

天道分明陰與陽。其中至理要精詳。  
誠心訪得明師指。不愧參禪煉性王。

## 魂魄辨

夫魂者陽也。陽內有真陰。故又爲精血也。魄者陰也。陰內有真陽。故又爲神氣也。蓋魂藏肝。肝藏血。血生精。肝屬木。木爲母。母爲陰也。魄藏肺。肺藏氣。氣生神。肺屬金。金爲公。公爲陽也。修道者。名爲金木交併。陰盡成仙。不修道者。名爲金能尅木。陽盡成鬼。此魂魄者。人物畜類。皆各有之。男女修之成仙。物類修之成怪。畜類修之成妖。若不修者。去世之日。皆不免魂分魄散。而終爲鬼類也。故魂字從鬼。魄字亦從鬼。鬼乃陰靈之物。不過生則謂之魂。死則謂之鬼而已。所以生而又死。死而又生。生死無息。輪迴無停。此陰靈之鬼。乃萬劫不壞之種子。雖不與肉身而俱死。必要從肉身而投生。若今生行了善者。來

生賞他富貴之家投生。受享榮華福祿而已。若今生造了惡者。來生罰他貧賤之家投生。受諸困苦而已。若今生十惡有餘者。來生罰他畜物之類投生。生受百般苦楚。死受萬剗千刀。好不悽慘。世有一等迷人。不知善惡果報。生死情由。他說死了死了。並未曾看見甚麼。倘遭魔難。痛苦難當之時。願求早死。誰不知當要受苦。生也難免。死也難免。不論死受陰刑。或轉生陽世。變人變畜。概要受百般苦楚。無所解釋。所以佛家有生老病死苦之說。老祖亦云。有生必有苦。無生苦自滅。實不虛語也。彼以爲死了死了者。獨不思想人在生時睡在床上。似乎死了。何以做夢驚慌。活像未睡時的身上一樣。這是甚麼東西。正是此死而爲鬼。生而爲魂魄的東西也。欲想這個東西。不生不

死。除非是訪求明師。傳授不生不死之法度。將魂中製魄。魄中煉魂。陽中製陰。陰中煉陽。陰氣除盡。化成一派陽氣。陽氣再煉。化成無氣之炁。更有何夢與生死之苦也。況且魂魄者。即陰陽之血氣也。血氣鍊化。魂魄亦無。魂魄既無。無生可投。不投生者。輪迴可了。生者不再生。死者不再死。不死不死。乃成仙佛矣。又試觀殺人之時。有三線血出。即三魂也。血盡氣絕。即魄亦隨魂。氣亦隨血也。更是觀臨死之時。氣脫即死。死後無血。即魂亦隨魄。血即隨氣也。有此氣必有此血。有此血必有此氣。氣不離血。血不離氣。凡修鍊者。借氣煉血。借血化氣。氣化神。神歸虛無。即無生無死也。再按魂魄二字。左邊從云。從白者。屬陽也。右邊皆從鬼者。屬陰也。能知修煉者。得授陰陽逆行之至理。

所以陽漸長。而陰漸消。消至鬼陰無形。純屬一團白云。以歸天也。不知修煉者。只守陰陽順行之常理。所以陰漸長。而陽漸消。消至云陽無影。純屬一團黑鬼。以歸地也。奉勸善男信女。急早醒悟。借此生修。不生。借短生修。長生。借有死修。無死。擺脫萬般世事。日夜修煉。煉得自己身中。歷劫黑鬼之陰氣。潛消。自有白云之陽炁。發現。可以飛昇西方。白炁之仙鄉。無拘無束。逍遙自在矣。豈不樂哉。

偈曰

魂製魄兮魄鍊魂。  
玄玄妙理匪虛言。

陰盡陽純丹詔下。  
朝見三清謁世尊。

## 明心辨

夫明者光明也。心者一身之主。萬法之本。善惡之源也。心地若不光



明。則道心何存。盡是人心管事矣。況且人人皆想好處。又有持齋修道。想成仙作佛者。亦多全不在心地上做工夫。概行往外而求。好處從何而得。仙佛從何而成。勞而無功。死而無益。可不哀哉。蓋心藏神。神即心。心動神知也。古云。欺心枉吃齋。又云。心即是佛。佛即是心。即是神。神即是心。心即是天。天即是心。能無愧於心。即無愧於神。無愧於神。即無愧於天。若是欺心。便是欺神。欺神即是欺天。此皆至當不易之理也。且心爲身中之主。主動未有衆神不隨之。心動未有眼耳鼻口手足不隨之。所以受富貴者。亦由此心也。受貧賤者。亦由此心也。變畜類者。亦由此心也。作聖賢仙佛者。亦由此心也。若想爲富貴者。常存善心也。受貧賤者。善心少而惡心多也。變畜類者。盡惡心。

而無善心也。作聖賢仙佛者。煉化人心。全其道心也。即儒教之經典有云。存心正心。養心盡心。不動心。求其放心。皆是教人在心地上做工夫。不過掃除後天之心而已。就是釋道二教之經典亦云。修心煉心。心無罣礙。內觀其心。降伏其心也。是教人在心地上做工夫。不過善守先天之道心而已。道心若能善守。則人心自滅。人心若能掃除。則道心自純。教雖名三。心豈有二。祇是因入設教。就其心之各有所向而挽回之。不得不分明如何用心耳。余自修身以來。參道多載。並無別術。幸得訪求明師。指示存道心的地位。除人心的要訣。乃明三教同心之至理。無非克其人心。存其道心。全在自已。不待外求矣。古云。佛在西方莫遠求。佛祖就在爾心頭。人人各有真佛子。好把心

頭急早修。豈虛語哉。奈何世有修道者也。不知修的甚麼。世有持齋者也。不如齋的甚麼。世有行善者也。不知善的甚麼。盡是錯認人心。當作道心。甚至有苟圖衣食。糊行亂爲。孝弟忠信不遵。禮義廉恥不顧。三皈五戒不守。口齋而心葷。口善而心惡。口是而心非。全不在心地上用工夫。如此等人。不但修不成功。還要罪上加罪。奉勸善男信女。急早醒悟。把一切世事置之度外。難捨務必早捨。難修務必早修。把人心改道心。凡心改聖心。血心改仙心。色心改佛心。惡心改善心。疑心改信心。好殺心改慈悲心。奸貪心改忠厚心。詭詐心改正直心。暴棄心改猛勇心。煩惱心改快樂心。損人心改濟人心。利己心改利物心。假知心改好學心。人我心改方便心。嫉妒心改忠恕心。執

着心改灑脫心。憤高心改低小心。妄想心改隨緣心。種種不好的心。總要改作最好的心。時時刻刻須離那個人心。莫離這個道心。古云。行住並坐臥。如客不離貨。若離了這個。即當面錯過。此之謂也。所以儒書有云。人心惟危。此危者。危險也。又不安也。人心與道理相反。如走危險之地。必遭墮落之苦。終未能有安樂也。又云。道心惟微。此微者。微妙也。又些子也。道心掃人欲的方。若得微妙之法。乃明玄樞之要。其細密如些子也。些子者。即道家所謂其聚則有許多玄妙。其散則無踪跡未見。其大無外。天地不能包之。其小無內。芥子不能藏之。是也。又且人之心如草木之根。草木不絕根。逢春復生。終亦難免霜雪風雹之苦。修道不死心。輪迴轉無停。終亦難免生老病死之苦。石

天基有云。人心只怕活不得死。不怕死不得活。此人心一死。意念即絕。念頭絕盡。道心自然圓活。道心一活。智慧自然開通。智慧一通。自然能知過去未來。吉凶禍福。天上地下。無所不通矣。

俚曰

滅却人心見道心。危微界上細思尋。  
光明寸地時勤掃。勿令纖毫外物侵。

## 誦經辨

夫誦者誦讀也。經者經典也。三教先師流傳後學。因造各部經典。皆是教人口誦心維。身體力行。或教你照經行善。或教你照經修道。並不是教你賺錢用的。又不是教你做歌唱的。彼有欲學治世的道理。而誦經者。也由各人所喜。此固不待論已。若有欲學拔世的道理。以

及懺罪消災求福降祥超度亡魂等事。而誦經者務要持齋戒殺。洗滌身心。多做好事。能如此行持。方可有求必應。若不依如此行持。反爲自召禍殃。所以然者。不必唸得各部經典多。只要解得經中理透也。果能看透道理。或有修福者。可以力行善事。不作諸般惡孽。或有修道者。可以加功猛勇。不被世事牽纏。或有持齋者。可以訪求明師。不入外道旁門。古云。積金千兩。不如明解經書。真格言也。如讀儒典中之易經者。教你明乎陰陽交易。窮理盡性。以至於命也。讀大學者。教你明乎大學之道。豈是皆以修身爲本也。讀中庸者。教你明乎中庸之道。萬事始終一理。放之則彌六合。卷之則退藏於密。其味無窮。皆實學也。誦陰騭文。覺世經者。教你廣行陰騭。自覺以覺人。同心而

濟世也。如誦釋典中之金剛經者。教你煉成萬劫不壞之金剛體也。經中所云。如是我聞者。卽性命之根本。投生爲人之初也。所云還至本處者。卽返還根本之原處也。所云無我相。無人相。無衆生相。無壽者相。要你煉至無眼耳鼻舌之四相也。所云若以色見我。以音聲求我。是人行邪道。不能見如來者。但凡學佛之人。切不可。以色身見之。又不可以聲音求之。色身見之者。執着肉身不死。以見佛祖也。聲音求之者。執着日夜誦經以求佛祖也。世人如此執着。皆謂之行邪道的旁門。邪道者。不能見如來佛祖也。誦高王經者。教你修煉性中之高也。經中所云。晝夜修持。心常求誦此經。能滅生死苦。消除諸毒害者。晝爲陽。夜爲陰。修至陰陽合一。日夜行持不間。道心常存。久久功

圓果滿。脫了肉身而成法身。可以能滅一切生老病死之苦。并可以消除一切諸毒之害也。誦心經者。教你要在心地上用功也。經中所云無眼耳鼻舌身意者。乃是絕六根也。無色聲香味觸法者。乃是絕六塵也。故心無罣礙者。切不可有罣礙名利恩愛酒色財氣之心。而害了道心也。故無有恐怖者。切不可有貪生怕死怕苦之心。而退了道心也。遠離顛倒夢想者。要你煉至無夢無想之地位。正可謂之永遠離卻顛倒之輪迴也。誦救苦經者。教你照此經行持而救苦厄也。經中所云。使人無惡心。令人身得度者。教你善男信女。要無有絲毫之惡心。令人人超身而得度苦海也。誦夢授經者。教你照此經訪得口授真傳。勤修苦煉。道成而脫輪迴夢也。誦中所云。念念從心起。念



佛不離心者。念念是善念惡念也。從心起者。此二念皆從心上而做起也。念佛者。是仙佛之念也。不離心者。是不離乎此心而修也。誦大悲咒者。教你要存大慈大悲之心。而救度世人也。如誦道典中之心印妙經者。教你以心印心。究竟其中妙理也。誦清靜經者。教你常清常靜也。誦道德經者。教你尊道而貴德也。誦黃庭經者。教你照經考究黃庭中之至理也。誦感應篇者。教你爲善去惡。有感必應之明徵也。總而言之。三教中。經典甚多。難以盡叙。畧爲各舉一二。其餘俱可類推。要皆引入行善修持。免入作惡造罪。並無有別個道理也。可嘆世間誦經之人固多。照經行者甚少。或有一不持齋。二不戒殺而誦經者。或有持齋戒殺。又不修身而誦經者。或有修身又不修心而誦

經者。或有求名求利求壽求子。及超度父母。又不肯行善事。而誦經者。或有日夜誦經。妄想神仙來度他上天者。或有誦經。專習敲打唱唸。以掩人之耳目者。或有早晚唸經拜懺。而心又不懺。自以爲滅罪消愆者。或有酬還經願。含糊誦唸。以惜人工者。或有誦經不隨緣分。以貪利者。或有口誦經而心又造惡者。或有執唸經以爲鎖心猿意馬者。如此等等。執迷不悟。莫可勝數。都是誦之於外。而不誦之於內。以紙爲經。而不以心爲經。猶如隔靴搔癢。畫餅充飢。究竟何益之有哉。佛云。唸佛若能了生死。古佛當初唸何文。世人不明經中理。唸到臨死一場空。不過轉世洪福而已。奉勸善男信女。急訪明師。指示無字的真經。能成仙佛作。行住坐臥皆可唸之。唸得龍吟虎嘯。唸得木

馬嘶聲。唵得三花聚頂。唵得五炁朝尊。唵得無聲無臭。唵得不睹不聞。唵得法輪常轉。唵得拔宅飛昇。唵得衆仙會合。唵得朝謁天庭。何等美哉。

俚曰

有字經藏無字經。仙師不指亦冥冥。  
非徒口誦須心領。拜受真傳便見靈。

## 執教門辨

夫執者。執己見識也。教者。教人行善修道也。門者。是正門旁門也。上古以前。並無三教之名。何有門戶之分。自周朝衰微之時。天始降生孔子於東魯。師項橐而明大道。外可治世。內可治心。修身成聖。及門弟子。尊爲萬世儒宗。遂有儒教之名也。又有李老子。師太乙元君以

得道騎青牛過函谷關。關令尹喜求長生之術。因著道德五千言。以傳於世。修煉成仙。後學尊爲道祖。遂有道教之名也。又有天竺迦維衛國太子。名悉達。訪金蟬子得道。由東歸西方興教。修行成佛。號釋迦牟尼。遂有釋教之名也。後至東漢孝明帝夜夢金人。飛行殿前。以問於朝。時有傅毅大臣。言是西方之佛。帝命蔡愔秦景二人。往天竺國求之。以白馬馱經四十二章。至中國。始有佛經矣。又梁朝武帝時。有達摩祖師。下至東土。所傳本無一字。後面壁九年。始悟大道。明心見性。方得成佛。但達摩祖師之道。一代只傳一代。二代神光祖師。三代普庵祖師。四代曹洞祖師。五代宏忍祖師。傳至第六代。慧能祖師。因僧無可傳。又將正道傳與七代白馬二位祖師。名爲最上正教。白

馬二祖修成。將道又傳與羅八祖師。名爲大乘正教。羅八祖修成。將道又傳與黃九祖。及吳十祖。何十一祖。袁老十二祖。名爲皇極金丹正教。十二祖師已滿。合乎週天圓成。就秘正道不傳。自是以後。發出三千六百旁門。九十六種外道。盲修瞎煉。習乎異端之教。不明修身之理。各生執着之心矣。世有執着習煉金石草木。妄想成仙者有之。殊不知金石草木乃身外之藥。服之不過益壽延年而已。縱延年千歲。亦難免不死之日。若求明師指示。采自身中之妙藥靈丹。服之能保長生不老。亦可與天地同壽矣。又有執着服天地之元氣。采日月之精華。妄想成仙者有之。殊不知天地之元氣。日月之精華。乃身外之精氣。亦難采得到手。即使采得到手。服之有何益哉。若求明師指

示將自己身中之濁精。煉成元精。元精再煉。化成元氣。元精元氣並煉陰陽相結。化成元神。元神者。卽仙也。元神再煉。化成大羅金仙之體。萬劫不壞。又名爲金剛。金剛者。卽佛也。又有執着不剃頭髮。頭戴道帽。手執拂塵。妄想成仙者。有之。殊不知老祖道君。本是周朝之人。蓄髮戴帽穿衣。不過合乎周朝之款式。手執拂塵者。卽是掃除塵垢。免得打壞身心也。若求明師指示。取出自身中之拂塵。時刻打掃。心地潔淨。自然塵垢不能染。世慾不能牽。心花開放。性地光明。如水之清。如鏡之明。亦可以爲道中之君子也。又有執着剃了頭髮。身穿袈裟。或頭上燒了幾點艾火。名爲受菩薩戒。妄想成菩薩者。有之。殊不知削髮穿袈裟者。本是西域國之風俗。爲僧爲尼。燒火受戒者。本是

出家人之記號。免犯俗規。有想學佛者。照此規模。今時大道宏開。普度善男信女。不必妝模作樣。與頭髮無礙。況且僧者。乃是自身中之精也。燒艾火者。乃是自身中之火候也。受戒者。是傳受戒除雜念妄想之口訣也。若求明師指示。取出自身中之艾。燃起三昧之火。火煨精乾。化有爲無。雜念妄想。自然不生。方能成就菩薩之身也。又有執着勉強長坐而不睡。及不食菜飯油鹽。妄想成仙者。有之。殊不知人要睡之時。乃是陰氣發生。陰生而陽自退。自然睡之。陰盡而陽自生。自然醒之。倘若強坐不睡。有敗神損脈之害。怎能陰盡陽純。苦之無益。又不知菜飯油鹽。爲養身之寶。不能少之。與道無碍。若求明師指示。進陽退陰之法。則煉氣存神之作用。自然陰氣日消。陽氣日長。長

至陰盡陽純。神滿氣足。方能了卻人間烟火。飛昇天上逍遙。即可以萬古不睡而不食矣。正所謂修仙者。稍有一毫陰氣不盡不成仙。不修仙者。稍有一毫陽氣不盡不成鬼。乃一定的道理也。又有執着俗人見識。總說修仙者。皆要前生之來因。神仙之根本。方可修成。如是自甘暴棄。并阻人修煉者有之。全不思想萬般畜類也。可修煉而成精怪。能呼風喚雨。騰雲駕霧。千變萬化。他有何根本。若有根本。又何以身變畜類乎。況是變了一個人身。更靈於萬物。與天地並列爲三才。豈反不如畜類也。知修煉乎。皆因你自己捨不得紅塵世事。無志氣來修煉耳。果能立起勤修苦煉的志氣。始終不退。世事自然能捨。誠心訪得明師。指示自己身中。順行生人的來因。逆行成仙的根本。



破卻既生以後的俗見。化爲未生以前的智慧。不論老少男女富貴貧賤。皆可修成神仙之體。不囿天地之中。出乎萬物之上矣。又有執着肉身不死。以爲成了仙者有之。殊不知此肉身。盡是一包膿血。結成屎尿之袋。不死有何益哉。又不知天上之聖賢仙佛。乃是清氣而成。無有別巧。肉身是假。法身是真。若得明師指示。除濁氣。留清氣之工夫。久久修煉。功圓果滿。如卵之出子。如蛇之退皮。將此肉身不用。現出真身長存。火不能燒。刀不能砍。永無苦厄之災矣。又有執着。看見龍虎。日月神仙。以爲見性成仙者有之。殊不知龍虎者。即自身中之精血也。日月者。即自身中之陰陽也。神仙者。即自身中之元神也。見性者。即明覺自身中之性理也。若見身外有形有象之龍虎。日月。

神仙與自己身中之靈性。兩不干涉。只想見了就可成仙。如此之人。好一比。比如紙上畫餅。焉能充饑。又比如自己腹中饑餓難忍。去請別人吃飯。焉能飽得自己的腹。自己還是受飢受餓而死。豈不反誤了自己的性命大事哉。若求明師指示你自己的身中。降龍伏虎之法度。日月會合之天機。窮理盡性之秘語。謹守三皈五戒。多立外功。培德成仙。如在掌握之中矣。又有着執祖師教門而修。以爲就是正門正教。不肯轉拜別門別師者有之。殊不知祖師成道之前。個個皆是正道。教教皆是正門。可以成仙作佛。自祖師成道之後。亦有秘道不傳者。亦有弟子智慧小者。不能明白道中之精微。經中之至理。將口訣以訛傳訛。將經書錯解錯辨。傳至年深月久。與理大不相合。就

是正門。亦成了旁門也。可嘆世人。種種執着之心。難以盡叙。種種盲修瞎煉。不勝枚舉。盡是不在心性上用功夫。一切都在身外做作。怎能脫輪迴了生死。而成仙佛也。又幸天意不絕修真之路。至前清道光六年。有徐楊金水四祖。復興普度。大道重洩。名爲西華東華太華太和等教。修成者無數。拔宅者許多。後四祖成道之後。又生出許多的教名。他說他的好。我說我的高。哄進一切男女。可不哀哉。余自得道以來。參悟多載。以一言說破。不必分門別戶。不必稱師作祖。有明道中之理。經中之義者。卽是正門正道也。有不明道中之理。經中之義者。卽是旁門旁道也。金祖則有成聖銘箴。水祖則有歸寶筏爲據。所以各種經書之上。皆云總要訪求明師指示。此理若不辨。亦不可

知也。明師者。是明白道中之性理陰陽之作用。即可爲師也。譬如凡道及小道一般。或學讀書者。務要從個高明的先生。講解清楚。文章雜作。件件皆通。可望發達。若從個不明理的先生。講解不清。文章雜作不明。任你讀到年老。一竅都不能通。俱是讀聖門之經書。即是在聖門之弟子。也有通的。也有不通的。可見想這一個通達的讀書人者。必要從個高明的師長也。又有學百般手藝者。務要從個工夫好的師傅。講究明白。出師之後。即可做得上手。工錢又賺多。若從個工夫不好的師傅。講究又不明白。出師之後。總只做得下手。工錢又賺得少。皆是做各行之手藝。即是各先師之子弟也。有好的。也有不好的。可見想造一個頂好的手藝者。必要從個明白的師傅也。凡道

及小道如此。聖道與仙道亦同。然而修仙道者。更要小心謹慎。訪之又訪。求之又求。倘有差之毫釐之內。即失之千里之外。有誤性命大事故。中庸云。博學之。審問之。慎思之。明辨之。篤行之。此等聖訓。真是教人訪求明師之法則。奈何今之持齋修道者。不遵聖人的教訓。訪求明師之法則。逢教就進。遇師就拜。不辨正門旁門。不論是非真假。只要吃了齋。就以爲成仙。只要拜了師。就以爲得道。爭是論非。誤已誤人。罪莫大焉。太上云。是道則進。非道則退。進之退之。亦隨各人自思自想耳。切不可誹謗祖師教門。而造口過之罪也。奉勸善男信女。速宜除却執已執見之心。免得枉吃長齋而反墮苦海。若能依此理訪道修行。人人靜鍊身中無爲之教。個個出入自己歸總之門。只待

修圓期滿。同回極樂國。都是一家人矣。

俚曰

何須別戶與分門。三教從來共本源。  
執着之心宜化盡。掃旁歸正是靈根。

## 功德辨

夫功者。一心行善之苦功也。德者。一心不二之陰德也。蓋人不可以無功。又不可以無德也。世有今生受富貴者。乃是前生積有功德也。今生受貧賤者。乃是前生少積功德也。古云。享福本是種福子。檢金原是埋金人。實不虛語。若富貴肯行功德。能保富貴長久。貧賤肯行功德。能求運限亨通。老者肯行功德。能保福壽康寧。少者肯行功德。能求長命富貴。女人肯行功德。能生孝子賢孫。持齋修道者。肯行功

德。能證仙緣佛果。但凡一切所求。皆能如意遂心。報應昭彰。毫髮不錯矣。吾將古人次第鑒之。燧人氏。鑽木取火。有教民烹飪飲食之功。能與人調和氣味之德。神農氏。親嘗百草。有醫民千般疾病之功。能令人起死回生之德。軒轅氏。製造衣裳。有教民遮身被體之功。能使人保暖無寒之德。后稷氏。播種百穀。有教民力田稼穡之功。能養人身體性命之德。太上老君。開爐打鐵。有利民百般器皿之功。能與人日用方便之德。公輸子。起造屋宇。有教民遮風蔽雨之功。能藏人自在安居之德。三教聖人。各著經典。有化民爲善去惡之功。能導人廣行陰騭之德。歷代先師。功多德廣。難以盡叙。姑就其功德之最著者。畧爲言之於此。要皆有益於民人。故能功滿凡間。德徧天下。可爲萬

世之先師。亦可享萬世之大福矣。世有一等愚人。不但不知立功培德。兼之借持齋以圖利。善化而惡吃。功無一毫。德無半點。食菜飯。不思農夫之苦。穿衣衫。不念織女之勞。古云。佛家一粒米。大如西彌山。若還不了道。披毛帶角還。如果真實持齋。有智慧的人。誰肯遭此墮落之果報乎。又有一等迷人。不明道理。執誦經敬神以爲功。執持齋戒殺以爲德。獨不思想。凡誦經敬神者。不過引人行善也。持齋戒殺者。不過免欠六畜之債也。功者。力行濟人利物之事也。德者。常體天地好生之心也。果能照有字經。訪無字經。外誦以口。內誦以心。靜則度己。動則度人。行持敬重。不愧神明。非僅持齋。兼能修身。非僅戒殺。兼能救生。以此論功。功無量焉。以此論德。德莫大矣。雖然。論功論德。



亦有兩等。有造洪福之功德。有造清福之功德。施恩求報者。卽洪福之功德也。施恩不求報者。卽清福之功德也。何以爲施恩求報者。或有求名求利求壽求子等事。必去修橋修路修廟修神修亭修塚。及施錢施衣施粥施茶施藥施棺等功。有求必有報也。求之報之。不過享世間之洪福而已。何以爲施恩不求報者。有看破世事。持齋修身。捨恩割愛。忘名忘利。或捨財刻書以勸世。或廣結善緣而度人。或常救生命以免死。或助人成善而修身。或時行種種之方便。或廣積不言之陰功。若有益於人。不願他酬謝。若有損於己。反心生歡喜。捨財不思功。施恩不思德。逢冤卽解。遇緣就結。不求報應。只求消孽。始終如此行持。不思功而女自高。不言德而德自厚。功高德厚。天地喜之。

神鬼欽之。閻君敬之。凶星避之。吉星隨之。冤孽消之。罪過解之。有諸佛諸祖。丹書下詔。仙鶴來迎。昇入天宮。永享無疆之清福矣。昔有龐居士。乃一富翁。他看破世事。持齋修行。因財利罣礙。不得清閒。即將家舍業產。概行出賣。意欲施捨於人。忽遇至人嘆曰。今生若施捨來世享榮華。龐即叩問果報若何。至人指示。作洪福清福之理。功德果報之條。龐即了然有悟。將錢換金。拋入大海之中。以免受此果報。後遂得成佛位。似此看來。施恩求報者。輪迴難免也。施恩不求報者。輪迴可免也。又且今之人。與古之人。大不相同。古人以錢財如糞土。仁義值千金。以義爲利。輕財重德。今人以性命如糞土。錢財值千金。以利爲義。重財輕德。他又開口一句。財與命相連。全不思想。若無性命。

在者。又要錢財有何用也。豈不愚哉。奉勸善男信女。急早思想。切不可重財輕德。因財受報。借世間之銀錢。行世間之方便。結世間之善緣。可了世間之宿債。可脫世間之冤孽。宿債冤孽。一並消清。自然逢凶化吉。遇難呈祥。在世者。能保清吉平安。辭世者。能享極樂長福矣。

俚曰

能積陰功莫說功。雖無求報報尤隆。  
道須德配非虛語。善果圓成不落空。

## 魔考辨

夫魔者。魔難也。考者考懲也。人自投生東土以來。轉了許多的劫數。豈無罪過冤孽。況當此三期普度之會。正收回仙根佛種之時。若無魔難歷劫之罪孽。從何而消。不有考懲。仙佛之果位。從何而定。此理

不但於今爲然也。卽古往之人。或遭魔難。以成仙。或受考懲。以證佛。有一言難罄者矣。勿論其他。就把觀音老姥打比。本是慈航道人。下凡投胎。他有甚麼罪孽。自幼立志修行。他也遭過火焚刀斬。紅綾絞死。各種之魔難。他也受過。挑水潤花。打柴舂米。各等之考懲。真是仙根佛種。考他不退。道成魔滅。而位証南海。普通天下善男信女。誰不尊敬朝拜乎。豈但我輩。乃六萬餘年之殘靈。未有不受魔難考懲。就可修成一個仙人佛子。所以吃素修行者。難免無種種的魔難。等等的考懲也。何謂種種的魔難。但凡魔難之類。不止一種。論其大概。不外乎一切災殃而已。況且世有持齋行善者。反遭災殃。作惡造罪者。反降吉祥。此理不辨。亦不可知也。古云。作善降祥。何以行善之

人。反有不祥者。其中有至理存焉。何也。或恐他前生造惡報在今生者。或恐他行善之中。有過錯者。或恐他口善而心未全善者。或恐他祖宗父母有餘殃者。或恐他已善而子孫行惡者。或恐他善未行滿。不即報之者。此皆各有來因。難以盡知也。又云。作惡降殃。何以作惡之人。反再吉祥者。其中亦有至理存焉。何也。或恐他前生行善。應在今生者。或恐他行惡之中。有陰功者。或恐他口惡而心又有慈悲者。或恐他祖宗父母有餘德者。或恐他已惡而子孫行善者。或恐他惡未造滿。不即報之者。此皆各有來因。亦難以盡知也。總而言之。行善不退者。殃盡必祥。作惡不止者。祥盡必殃。善報惡報。只分遲早不同耳。易經云。善不積。不足以成名。惡不積。不足以滅身。金科玉律云。莫

道造惡不報。直待惡貫滿盈。莫道修善無應。直待善果圓成。皆同一理也。今幸天開方便之門。引人修積之路。使男女急早回頭。十惡怕一善。一善亦可登天堂也。十善怕一惡。一惡亦可入地獄也。天堂地獄。隨人自造。自得。自思。自想耳。世有持齋修道者。疾病累累。是非疊疊。魔障重重。須知解脫之法。栽培之計。如有財者。捨財積德。將功折罪。如無財能言者。捨言勸人行善。教人救生。排難解紛。亦可將功折罪。如無財。又不能言者。就勤耕苦力。積錢行善。亦可將功折罪。若是無罪過之人。也要積德行善。將功而證果位。誠能照此行持。自然逢魔即變爲吉。遇難即變爲祥也。何謂等等的考懲。但凡考懲之事。不止一等。論其究竟。不過是選取仙佛而已。欲證仙佛果位者。未有不

過考懲。能而定其高下也。所以修行之人。必要受上天所降的各考懲。或是考人之智慧聰明。或是考人之忍耐皮氣。或是考人之量大。或是考人之真心假心。或是考人之有德無德。或是考人之根基淺深。或是考人之品行好否。或是考人之造凡造仙。天將考懲一降。可以別濁分清。若不降此考懲。豈不是清濁不分。若是無智慧聰明之人。祖宗父母無德。自己無福。他見考懲。必退心開齋。妄作妄爲。又怨無有底稿。又怨菩薩不靈。又怨行善無報。又怨道友師尊。等等怨恨之心。不可枚舉。此乃是無智慧聰明之人所爲也。若有智慧聰明之人。祖宗父母有德。自己有福。他見考懲。更加誠心。知此肉身是假。性命是真。任從刀鎗水火。痛苦疾病。各等考懲。他亦不畏不驚。

不重其假。只重其真。此乃是有智慧聰明之人所爲也。譬如選凡爵一般。欲成功名爵位者。未有不過考場。而能定其高下也。所以讀書之人。必要應皇王所設的各考場。或是攷人之學問淺深。或是攷人才能多寡。起初過了縣考。次要過府考。三要過道考。考了一名秀才。又要過歲考與科考。逢到鄉試。又要下省考。考了一名舉人。逢到會試。又要進京考。考了一名進士。又要在京過殿試。或考取狀元榜眼探花。以及傳臚翰林。又或應挑考。再或應朝考。然後分發大小官員品級。方可治國家之事。若不設各考場。焉能選取賢才。而治天下。再比如選穀種一般。起初不論好好歹歹。一齊收了。把太陽一晒。就過風車一車。若是好穀。任你車了又車。也不能車他出去。若是歹穀。



只要一車就分出了。若不設個風車。則歹穀也分不出。焉能選取好穀。而做種子。選賢選種者如此。選仙選佛者亦同此也。奉勸善男信女。務要深思遠慮。切不可因受魔考。而冷心退志。犯戒開齋。務要一心行善修道。把生死置之度外。如遇千魔萬攷。不退其心。倘遭奇災怪劫。不移其志。始終如一。力行善事。久久行持。能受一世之魔難。可享萬世之快樂。能受一世之攷懲。可享萬世之仙福矣。故欲修道者。必要先明魔攷。魔攷不明。任你修了數十年不足。而一旦壞之。却有餘也。

俚曰

有道原來必有魔。天公攷試看如何。  
誠心不退修仙佛。可保功成上大羅。

## 真假辨

夫真者。一靈真性也。假者。萬般假事也。何謂一靈真性。言人人皆有一點靈光。本天賦之性。非氣質之性可比。蓋氣質之性。假身一壞。他亦壞。天賦之性。假身有壞。他無壞。豈非有壞者假。而無壞者真乎。何謂萬般假事。言世間之事。雖有萬般。皆從假身做出也。有時假身力盡。真性不能相生。真性既不相生。假身必死。假身一死。萬事皆休矣。豈不是般般皆假乎。試看假身出胎之時。哭啼一聲。正真性入竅之候。他曉得甚麼事。也不知有父母伯叔兄弟妻子。也不知有名利恩愛酒色財氣。也不知自己是甚麼名字。並無有二人同來。又無有衣食器用帶來。賴父母之養育。荷天地之生成。吃物穿物用物等項。保

身度日。成人長大。或習文講武而求名。或耕田貿易以求利。或創業置產而興家。或娶妻生子以傳宗。勞勞碌碌。日夜不間。憂憂愁愁。時刻難免。若是求名者。有了秀才。又想舉人。有了舉人。又想進士。有了進士。又想翰林。有了翰林。又想高官。貴不能足矣。若是求利者。有了百富。又想千富。有了千富。有想萬富。富亦不能足矣。若是求恩愛者。有了嬌妻。又想美妾。有了兒子。又想兒孫。恩愛又不能足矣。但有爲人者。總以求名奪利爲根本。貪妻戀子爲要事。把一些精氣神。日耗夜散。不覺精衰神敗。而臟腑有虧。百病相侵。無常至矣。無常一至。氣自脫矣。氣脫入棺。葬於土內。永不見矣。陽間有華屋良田者。不能居之耕之矣。陽間有美衣銀錢者。不能穿之用之矣。陽間有嬌妻兒子

者。不能相親相愛。矣。豈不是枉費了許多的精神。至此一旦成空。化爲烏有。俗云。世人不知足。有了良田。想華屋。世人若知足。破衣粥飯。是享福。又云。人無百歲命。常作千年業。一口氣不來。名利恩愛別。萬般盡成假。骨肉埋土穴。若想還陽轉。水內撈明月。嗚呼。可惜自己一靈真性。盡爲世上萬般假事所虛弄也。豈不哀哉。奉勸善男信女。急早思之想之。莫在假中空勞碌。莫在假中苦貪求。將一切世事看破。不貪不求。隨緣隨分。萬般由命。富貴由天。遇飲酒時。須飲酒。得快樂處。且快樂。學孔子之樂。以忘憂。學顏子之不改其樂。學孟子之樂莫大焉。學大士之常樂我淨。古云。快樂做神仙。真實不虛。享了世間一日之快樂者。做了世間一日之神仙也。昔有一理學大儒。姓石名天

基他看破了世事。造一座茅亭。亭上開了一重門。門上寫了一塊匾。名曰今覺亭。旁有一對聯云。引我開懷山遠近。推人行樂塚高低。此亭外有一隻墳山。數百餘塚。高高低低。甚是寬濶。每日清早。就打開此門一看。看見此塚之內。盡是人死埋的。即嘆一番。自己也有死之日。何不早些學快樂。日中之時。又打開門一看。看見此塚之內。盡是貪名奪利之人也。在此土內埋的。又嘆一番。自己也有埋土之日。更要加工快樂。至日落之時。又打門開一看。看見此塚之內。盡是愛妻戀子之人也。在此土內埋的。又嘆一番。自己亦是與他一般。夜晚亦要猛勇快樂。他每日如此快樂。後得成仙。飛昇極樂之所矣。余自修身有年。紅塵亦難捨難丟。只得另設一法度製之。常把一個死字。記

在心上。庶免貪戀凡間。在生常作死時想。無病常作有病想。又想生得來。是如何樣子。只有一人而來。亦無有二人同來。並無有一物帶在手中而來。又想死得去。又是如何樣子。只有一人而去。亦無有二人同去。並無有一物帶在手中而去。左想右想。前想後想。上想下想。生想死想。想來想去。自然看得破。放得下。丟得開。擺得脫。烈火爐中安得身。污泥坑中着得脚。不被紅塵世事所牽。名利恩愛所罣。心中自然快樂。忽然又想一番。何者爲真。何者爲假。即如身內之真假。不過身體爲重。兩眼不閉之時。真假不分。只要兩眼一閉。就分出一個真。一個假。如何爲假。只有肉身爲假。若睡了之時。假者在牀。真者往外而去。倘遇有盜賊前來。偷了銀錢衣物等件。也不曉得是我的。隨

他偷去。無言無語。倘遇有刀鎗水火前來。也不曉得怕痛怕死的。隨他死去。亦無言無語。豈不是肉身爲假。如何爲真。只有魂魄爲真。若假身睡了之時。真身即出。做夢驚慌。如假身一般。不差毫釐。真身一回。假身即醒。假身既醒。方曉得是盜賊偷了我的銀錢衣物。好不傷心。方曉得是刀鎗水火。是傷我的性命。好不驚心。倘有真身。總總不回。假身就無有一絲毫用的。有目不能視之。有耳不能聽之。有鼻不能聞之。有口不能說之。有手不能握之。有足不能行之。豈不是魂魄爲真。又如身外假中之假。不過名利恩愛爲重。如無難無病之時。真假不分。只要遭了大禍大難及大病者。卽分真假出來。或有高名厚利者。天災一降。名利也不能代之。或有妻恩子愛者。大限一到。妻子

亦不能代之。有犯法者。笞杖徒流絞斬。定要已身承當。或有疾病者。痛苦死亡。亦要已身承當。豈不是名利恩愛。爲假中之假。果能作如是想。自然捨得高名厚利。捨得妻恩子愛。在塵不罣塵。人凡心不凡。時刻快樂。若有聰明智慧男女。依余之見。何不大家思想。何不借假求真。何不以真除假。急訪明師。指示求真除假之大道。久久修煉。假不能害真。真不能入假。假者在凡。真者在天。長生不老。受福無窮。何等快樂哉。

俚曰

一一分明假與真。  
乾坤聽得書中勸。  
篇篇直辨指迷津。  
雖在凡塵可出塵。

(終)



# 怡情小錄

清 仁和馬大年鍾岳述

## 睡味

癸辛志曰。飽食緩行初睡覺。一甌新茗侍兒煎。脫巾斜倚簾牀坐。風送水聲來耳邊。裴晉公詩也細書妨老讀。長箴愜昏眠。取快且一息。拋書還少年。半山翁詩也相對蒲團睡味長。主人與客兩相忘。須臾客去主人睡。一枕西窗半夕陽。陸放翁詩也讀書已覺眉稜重。就枕方歡骨節和。睡去不知天早晚。西窗殘日已無多。僧有規詩也老讀文書興易闌。須知塵冗不如閒。竹牀瓦枕虛堂上。臥看江南雨後山。呂滎陽詩也紙屏石枕竹方牀。手倦拋書午夢長。睡起莞然成獨笑。數聲漁笛在滄浪。蔡持正詩也余習懶成僻。每遇暑盡。必須偃息。客有嘲孝先者。即哦此以自解。但苦枕熱。展轉數四。後見前輩言。荆公嗜睡。夏月多用方枕。睡久氣蒸枕熱。則轉一方冷處。此非真知睡味。未易語此也。

## 睡訣

孝先曰。花竹幽窗午夢長。此中與世暫相忘。華山處士如容見。不覺仙方覓睡方。睡亦有方。希夷意。謂息魂離神不動也。遺教經云。乃有煩惱毒蛇。睡在汝心。毒蛇既出。乃可安眠之謂。近世西山蔡季通有睡訣云。睡側而屈。睡覺而伸。早晚以時。先睡心。後睡眼。晦翁以此爲古今未發之妙。

#### 四休

太醫孫景初自號四休居士。山谷問其說。四休答曰。蠡茶淡飯飽即休。補破遮寒煖即休。三平四滿過即休。不貪不妒老即休。山谷曰。此安樂法也。守欲者。不伐之家也。知足者。極樂之國也。四休家有三畝園花木鬱鬱。客來者。茗談上。都貴游。人間可喜事。或茗寒酒冷。賓主相忘。其居與余相望。暇則步。墓徑相尋。作小詩遺家僮。歌之以侑酒茗。詩曰。太醫診得人間病。安樂延年萬事休。

#### 道侶

自昔士之間居野處者。必有同道同志之士。相與往來。故有以自樂。淵明詩曰。昔欲居南村。非爲卜其宅。聞多素心人。樂與數晨夕。又云。鄰曲時來往。抗言談往昔。奇文共欣賞。疑義相與析。則南村之鄰。豈庸庸之士哉。杜少陵與朱山人詩曰。相近竹參差。相過人不知。幽花歛滿徑。野水細通池。歸客村非遠。殘尊席更移。嘆君多道氣。從此數追隨。李太白與范居士詩曰。忽憶范野人。閒園養幽姿。又云。還傾三五酌。自咏猛虎詞。近作十日歡。遠爲千戰期。風流自簸蕩。謔浪偏相宜。觀此則朱山人范居士者可爲非常流矣。

#### 五事

倪止父鋤經堂述五事。靜坐第一。觀書第二。看山水花木第三。與良朋講論第四。教子弟讀書第五。

#### 十供

齊齋十供云、讀義理書、學法帖字、澄心靜坐、益友清談、小酌半醺、澆花種竹、聽琴玩鶴、焚香煎茶、登城觀山、寓意弈棋、十者之外、雖有他樂、吾不易矣。

### 六館

高太素隱商山起六館曰、春雪未融館、清夏晚雲館、中秋午月館、冬日方出館、暑簟清風館、夜階急雨館、各製一銘。

### 老境從容

邵康節吟曰、年老逢春雨乍晴、雨晴况復近清明、天低宮殿初長日、風煖林園未轉鶯、花似錦時高閣望、草如茵處小車行、東君見賜何多也、况復人間久太平、又云、堯夫非是愛吟詩、詩是堯夫志喜時、明著衣冠爲士子、高談仁義作男兒、敢于世上明開眼、肯向人間浪皺眉、六十七年無事日、堯夫非是愛吟詩、擊壤集一編、老人怡神悅日、時可吟玩、公喜飲酒、命之曰太和湯、飲不過多、不喜大醉、其詩曰、飲未微醺、口先吟哦、吟哦不足、遂及浩歌、所居之室、名安樂窩、冬暖夏涼、遇有睡思、則就枕、其詩曰、牆高于肩、室大如斗、布被暖餘、藜藿飽後、氣吐胸中、充塞宇宙、聞人說人之善、就而和之、又從而喜之、語曰、樂見善人、樂聞善事、樂道善言、樂行善意、晚教二子以六經、家素業儒、口未嘗不道儒言、身未嘗不蹈儒行、其詩曰、羲軒之書、未嘗去手、堯舜之談、未嘗離口、當中和天、同樂易友、吟自在詩、飲歡喜酒、百年昇平、不爲不偶、七十康強、不爲不壽、老境從容、孰有如康節者乎。

居常待終

徐勉曰。冬日之陰。夏日之陽。良辰美景。負杖蹠履。逍遙自樂。臨池觀魚。披林聽鳥。濁酒一杯。彈琴一曲。求數刻之樂。庶幾居常以待終。

守志

陶隱居書曰。偃蹇園巷。從容郊邑。守一介之志。非敢蔑榮噉俗。自致雲霞。蓋任性靈而直往。保無用以得間。藁薪井汲。樂有餘歡。切松煮朮。此外何務。

對酌壻中

司空圖預爲壽藏。故人來者。引之壻中。賦詩對酌。人或難之。圖曰。達人大觀。幽顯一致。非止暫游此中。公何不廣哉。布衣鳩杖。出則以女家人。鸞臺自隨。歲時村社。會集圖必造之。與野老同席。曾無傲色。

卜築

長松怪石。去墟落不下一二十里。爲徑。緣崖涉水。於草莽間數四。左右兩三家相望。鷄犬之聲相聞。竹籬茅舍。燕處其間。蘭菊藝之。臨水時種梅柳。霜月春風。自有餘思。兒童婢僕。皆布衣短褐。以給薪水。釀村酒而飲之。案有雜書。莊周太元楚詞黃庭陰符楞嚴。四覺數十卷而已。杖藜蹠履。往來窮谷大川。聽流水。看激湍。鑑澄潭。步危橋。坐茂林。探幽壑。升高峰。顧無樂而死乎。

又

草堂之中、竹牕之下、必置一榻。時或困倦、偃仰自如。日間牕下一眠、甚是清爽。時夢乘白鶴、遊於太空、俯視塵壤、有如蟻疊。自謂莊子夢爲胡蝶、入於桃溪、當與子休相類。又曰、草堂之中、或草亭僻室、製爲琴室。地下埋一大缸。缸中懸一銅鐘。上以石墁、或用板鋪。上置琴磚。或木几。彈琴、其聲空朗清亮。自有外物氣度。出神陰記。

又

江文通曰、常願幽居築宇、絕棄人事。苑以丹林。池以綠水。左倚郊甸。右帶瀛澤。青春爰謝、則接武平皋。素秋澄景、則獨酌虛室。侍女三四、趙女數人。不則逍遙數紀、彈琴詠詩。朝露幾間、忽忘老之將至。淹之所學、盡此而已矣。

居閒

居閒勝於居官、其事不一。其最便者、尤于暑月見之。自早燒香、食罷、便搔首、袒袷、從事藤牀、竹几、高枕北牕。清風時來、反患太涼。挾策就枕、因來熟睡。晚涼浴罷、杖履逍遙。臨池觀月、乘高取風。採蓮剝芡、剖瓜雪藕。白醪三杯、取醉而適。其爲樂、殆未可以一二數也。

又

曾南豐曰、宅有桑麻、田有秔稌、而渚有蒲蓮。弋于高以追鳬燕之上下。緝于深而逐鱣鮪之潛泳。吾

所以衣食其力而無媿於心也。息有喬木之繁陰。藉有豐草之幽香。登山而凌雲、覽天地之奇變。弄泉而乘月、造氛埃之溷濁。此吾取其怠倦而樂於自遂也。

## 怡情小錄終

四時陰陽生、病起於過用。五臟受氣、蓋有常分、不適其性而強爲過耗、是以病生。善養生者、保守真元、外邪客氣、不得而干之。至於藥餌、往往招徠真氣之藥、少攻伐和氣之藥多。故善服藥者、不如善保養。康節先生詩云、爽口物多終作疾。快心事過必爲殃。知君病後能服藥、不若病前能自防。

# 道家養生要旨簡述（大道直指）

蕭天石

中華民國六十四年四月五日講於中國文藝界聯誼會

## 一、前言

養生之道，是人人必須講求的，記得古詩說：「人生寄一世，奄忽若飄塵。」張紫陽詩說：「昨日街頭猶走馬，今朝棺內已眠屍。」我們鄉下也有句俗話，就是「今日相逢哈哈笑，不知明日誰送誰。」大家對此能勿懍然！人到中老年，每個人的成就已漸至顛峯，無論政治家、軍事家、文學家、藝術家、工商實業家等等，苟能無疾無病多活上十年二十年甚至三五十年，其對個人、對家庭、對社會、對國家民族、對歷史文化等各方面的貢獻，都不知道要大多少！歷史上不少英雄豪傑，不少天才人物，不是少年早夭，就是未屆老年而中道崩殂，自斷斷其事業前途與歷史成就，殊深可嘆惜！一般人總喜歡寧可在病時看醫生，而不在平時注重一點養生之道，修持一點養生工夫，以使終生無疾病之苦，進而收到延年益壽，以善終其天年，誠非上之上者也！

## 大道破疑直指

古今中外，言養生之道，最高明湛徹而又最博大精深者，莫過於道家。道家獨標一道，統括百家，實可稱之爲「唯道主義學派」；其養生學，重本體、重訣法、重工夫、重實證。其理論與方法，無不本末兼賅，體用無遺；大之可以極聖功神化之妙造，小之可以達養生盡年之微旨；切不可徒以普通「壽命學」方之，以免下墮於塵俗之譏。新壽命學其要旨初不在純修形體，徒事延長自然生命，得個健康長壽而已。其最吃緊處要在從心性起修，以高尚其人生，純化其心靈，渾全其先天真性，而聖化其生命，神化其生命；期其生命之光輝，能上下與天地同流，與日月同光，與宇宙常存，與造化常新！此即老子所謂「死而不亡者壽」。丹經所謂「命而自造者化」。易曰：窮理、盡性、以至於命」。余於「道海玄微」一書中、力主於窮理上，宜加「明道」二字；「明道窮理盡性至命」，方爲最博大而極高明。理者，道之理也！性之與命，道之所生、道之所形、道之所成也。道先天地生，先天地存，復生天地萬物，故一言修道，則性命自在其中矣。性命渾融，雙修雙養，雙盡雙至，方能與天爲徒，與道合一，而臻於聖功神化之最高人生境界也。



## 二、道家養生學完全合於科學原理

道家養生學，實為主靜哲學，其訣法與工夫，完全合於科學原理，其輔助功之「動功養生法」如是，其本體功之「靜功養生法」亦復如是。無論其動功靜功，均不外於「生命鍛鍊」一原理。前者注重在形體鍛鍊，後者注重在精神鍛鍊，要皆本於「修心養性」及根於生理學與壽命學為基礎而發展出來的，毫無迷信性質與宗教色彩存乎其間。因其標舉「神仙境界」為人生修養的最高境界，世人多以為怪誕不經；實則即為先期道家之「真人境界」；與儒家之以「聖人境界」及佛家之以「佛陀境界」為其人生修養之最高境界，同一意旨。因道家修持工夫，全是以做人為起點，以心性修養與道德修養為起點，不純在於修壽命修神通，修長生之道。故張紫陽有詩云：「頂後有光猶是幻，雲生足下未為仙。」總要能淨化自己的心性，聖化自己的生命，與天地同其博大，方可躍登於「真人境界」之人生最高顛峯極境；不然，饒活八萬劫，亦為一不死通神之驢豕耳，又何能談超凡入聖登真一事。道家因在「壽命學」上有特殊突出之研究、發展與成就，遠非儒家佛家與現代西方之養生家、醫學家、科學家們所可企及

，故其名言有「我命由我不由天」之豪語！自我延命，自我接命，自己生死，自我操縱，天命其奈何我哉？

道家養生學，徹始徹終，以修養心性，涵融道德爲體，以鍛鍊形軀，延長壽命爲用；不但在學理上之條理系統，分析周密，而工夫上之層次程序，亦復嚴謹詳明，一步緊接一步，井然不紊。詳考其內容，凡過來人卽知其無有不上合大道本體，而下符科學原理者。科學精神，最重方法，最重條理，最重實證；道家養生工夫，其方法之嚴密，條理之周詳，實證之精微，無不面面俱到，鉅細匪遺。惟以往古丹經典籍，類皆陳義高遠，說理幽玄，復多用隱語喻詞，秘其真機；且不但口訣不傳，卽典籍亦不肯公開流行，任人參究；致其學術旨要，黯而不彰，殊堪痛惜！

道家初乘養生要旨，就壽命言，最重「精神氣」之修鍊與保養，認精氣神三者爲人生生命的三大元素。故特殊注意保精保氣保神，固精固氣固神，（保精固精之外，尙有不漏精一訣），養精養氣養神。中老年人已漏之體，已衰之形，則更注重於補精、補氣、補神。保之固之，養之補之，務使精全氣全神全。迄返還於未漏前之童真體，然後再進而修「天人合一」「神人合一」之「真人工夫」，以期超出死生之藩籬而

了生死大道。後一段涉入玄妙，固難懸測，前一段命功修持，即質之任何科學家與醫學家，當亦係無法否認的事。故道家往古聖真以精氣神爲鍊養生命之三品大藥，（因丹有內丹外丹，故藥亦有內藥外藥及大藥小藥之分），而以修氣修脈（即修通周身氣脈，如通大小周天與奇經八脈等），爲工法，期氣血旺盛，流通無滯，精氣神三者充盈飽滿，即壽屆百歲，猶無殊於童體，此即其「返老還童」之證驗也。

惟道家對精氣神之煉養，不重「後天精氣神」，而重「先天精氣神」。前者爲凡精凡氣凡神，乃初乘入門下手法之途徑，後者則指元精元氣元神，乃初乘有得，進入中乘，而上修上乘以至最上一乘之不二法門。（案：先天道無極門丹法，尤重先天境界，力主以先天爲體，後天爲用。）而在此三者中，又以煉精爲起步，煉氣爲中樞，煉神爲了手。尤須注意本先天以率後天，煉後天以完先天！混和先後天、并渾融精氣神而爲一，精化氣化神化，自生自養自長自化，以與天地同化，一任自然，最上一乘訣要。一至神化境界，亦即是道化境界，與宇宙境界，則道佛門庭之萬種神通變化，皆爲其小術矣。

### 三、道家養生工法修持總綱

夷考道家養生學術，實以丹鼎派之煉丹爲主。丹家之派別雖多，各有宗承，然上乘旨要，實有一「共法」。若就其「共法」之實際範圍，而予以分析之、歸納之、系統之，則可歸納爲：一大總原則，二大綱領，六大條目，五大修養步驟，而一以「大道」爲樞機，以清、虛、靜、定四字爲工訣。以心性爲體（一說以身心意爲體），以精氣神爲用；以乾坤爲體，以坎離爲用。以陰陽爲體，以採補運化爲用。萬千門派，莫能外此！所不同者，祇是下手方法而已。老子有言曰：「人法地，地法天，天法道，道法自然」。此卽爲「人天合一」「人道合一」之總修持法，修人天相感相應，人神相感相應，亦係本此爲理路爲法則。其修持下手，則以「清其心」「虛其心」「靜其心」「定其心」四句教爲丹家之不二心法。余故嘗謂道家煉丹之學，心學也。清其心則一塵不染，清明在躬；虛其心則四大皆空，虛靈不昧；靜其心則一念不生，感而遂通；定其心則萬境皆冥，寂然無物。在此無物、無欲、無念、無心、無人、無我、無天、無地之渾沌無極境界中，則自然化化無已，而亦自然生生不息。

道家養生行住坐臥四大工法中，以坐功爲主，以睡功爲輔（不倒丹法），行住二功則不受重視。丹經中十九祇傳坐丹法，不傳睡丹法，惟道海玄微一書，則集睡功之大成而傳之，蓋以其大有益於中老年人之養生也。現在，再述上面所說丹家各門派之「共法」：共法中之一大總原則者何？曰煉養陰陽，雙修性命，聖功神化，樞紐乾坤。二大綱領者何？曰：一爲性功，一爲命功。此二大綱領，在學理上言，一爲聖學，一爲命學（即今之所謂壽命學），在工夫上言，一爲聖功，一爲命功。前一綱領，包括心學、性學、心功、性功，及道德行爲上之修養，全屬內聖功夫。後一綱領，則包括生命外在形體上之鍛鍊，與內在精氣神之鍛鍊。前者屬於養形、煉形、換形邊事，導引（內導引、外導引）按摩（內按摩、外按摩）及各種動功屬之。攷導引與按摩，均首出自黃帝，道經稱黃帝傳導引秘術，漢志載有黃帝岐伯按摩經十卷。唐并有按摩博士之設。至若極言命學與命功能深入玄微者，則萬卷丹經中所傳各門派之萬千丹訣概屬之，無庸贅述。在此二大綱領下，演而爲六大條目。六大條目者何？一曰養心、煉心，二曰養性、煉性，此即屬於「性功」邊事，也是「聖功」邊事。三曰煉精化氣，四曰煉氣化神，此屬於「命功」邊事。五曰煉神還虛，六曰煉虛合道。此屬於「神化

「邊事。神化一詞，首出於孔子，孔子言易曰「易以神化」，又曰「以通神明之德」，又曰「神而化之」。是故余之倡「聖功神化」，實乃合儒道二家之道而言，非一己之私言也。孟子曰：「大而化之之謂聖，聖而不可知之謂神。」余於修道，置神化於聖功之上者，要亦上續孟子之遺意焉耳；綜此六者而言，又壹是以鍊養心、性、神三者為基礎！徹始徹終，融通貫串於其間，始得臻於「入聖登真」之究極目標。故余常謂聖賢修養，乃是道家修「真人境界」之起步工夫。道家工夫，以養心煉心入道始，亦以養心煉心了道終，而以養神煉神貫串其間，始終不離這一着子，至若「精」之與「氣」二大工夫，乃其術與用，而非道與體也！由此中切入，方為大道，否則便墮入左道旁門矣！可不慎哉！道家之所以重「性命雙修」，以期「性命雙圓」「性命雙了」者，要能卓爾有所存立於天地間，故又以「超凡入聖，超聖入神，超神入化，與化為徒，與道合一，為五大修養步驟。案：性命一貫，首出於孔子，易說卦傳之「窮理盡性以至於命」者是。性命聯稱，亦首出於孔子，乾象之「乾道變化，各正性命。」及說卦傳之「昔者聖人之作易也，將以順性命之理」者是。惟在道家則特重之也。

這種「聖功神化」之修養，旨在要吾人能蛻化肉體之生命，神化精神之生命，冀

能與天地同其博大，與日月同其高明，與宇宙同其悠久，超越生死與時空，而得長生永存，這就是道家完成其人生之道！也就是道家在「聖人境界」以上，再向最上一乘修養其「形神俱妙」的「真人境界」（亦即神仙境界）者是。（按：形神俱妙，全是精神煉養所產生之精神化境，全無玄妙。真人一詞，首出自黃帝，後世莊子與丹道派人，均力稱之，故恒言修道爲修真，全我之真，以合天地之真也）。因其有此一人生之最高造境，故道家之修命，乃爲手段，而非目的，爲末技而非本體。若徒以之爲一種防疾病、難衰老、強身益壽，足以盡其天年的養生學或單純的壽命術，則自陷於凡下而渺乎小矣！是以余於最近繼道家養生學概要之後，又撰著道海玄微一書，提倡新道學，提倡新禪學，提倡聖功神化，力主儒家超凡入聖，躋於聖人境界後，尙應從聖起修，以期超聖入神，而「人神合一」。佛家於明心見性、成佛作祖後，尙大有事在，仍應從性起修、從佛起修，以期超佛、而上與道合。并爲三家釐訂「心法」，以爲修道軌範，藉使三家中人，均能高尚其人生，均能「長生久視」「死而不亡」，以上與宇宙本體合，而入於先天地境界，此亦卽是超宇宙境界矣！

總之，道家丹經萬卷，汗牛充棟，養生道法，亦復門派紛衍，古有「道法三千六

## 大道破疑直指

百門」之說，然如能把握住上述之一大總原則，二大綱領，六大條目，四字工訣，及五大修養步驟，以爲辨別邪正，深入探究玄妙與揀擇修持工夫之準繩，則不致有失矣。余不學無術，辱承周樹聲、馬壽華、丁治磐、何志浩等諸先生邀請，來貴會講道，情不可却，祇得應命，聊貢一得之愚，如有不當之處，尙祈進而教之是幸。

×××

×××

×××

×××

附記：本文初講係應趙夷午（恆愚）張懷九（知本）二老之邀，講於道學研究座談會，稿曾節刊於道家養生學概要一書中。此次重講，小有增訂，略較完備。因其可爲當前丹鼎派中之當頭棒喝，視爲大道破疑之直指，故特選輯於本書之末。欲明道家最上一乘之正統大道，可詳參拙著道海玄微一書。



道藏精華第四集之六  
文山遜叟蕭天石主編

三玄  
峯微  
丹心  
訣印  
合刊

自由出版社印行



## 東派證道秘書二種合刊序

蕭天石

本書爲道家東派之證道秘書，東派主陰陽雙修與南派同，而其訣法較南派及佛家密宗雙修工法，遠爲詳密，且易著立竿見影之效。復詳稽其理論之原理原則，及其工法與口訣，能入其門并得升堂入室者，便可由證驗而得知金丹、藥物、火候、還丹、長生之訣，與今日之科學、生理及壽命學，無不吻合。切不可誤於旁門左道，採補房術之說，而斥之爲傷天害理之誨邪誨淫書也。南派開祖爲張紫陽真人，東派開祖爲陸潛虛真人，均爲飽學有道之士，莫不著作等身永垂不朽者！再加以終生薄名利，輕富貴，賤世法，而致力於立德修行，與大易所謂「明理盡性至命」之功，而得入聖超凡，神化登真之果，初不可以等閒視之也！

濟一子傅金銓，爲東派之巨擘，輯選有「證道秘書十七種」，歷來爲千金難得一睹之秘笈，其授受之嚴，選徒之謹，較之密宗有過之而無不及。惟詳考其內容，亦殊略嫌龐雜，故再重爲審訂，擇其最要者選刊入道藏精華，藉見一般，金針暗度，冀免失傳，後之來者，得由此養性，由此保命，由此入聖，由此證道，并嘆服於古聖先真之誠不我欺也。

夫天下殊途而同歸，萬法而一道：陰陽雙修與清靜單修，其法有異，其理則同

；其理有異，其道則同；總不外性命雙修，性命雙至，性命變化，性命雙圓，而性命全真！使我之性命，與天地萬物之性命，同其體而合其真，并與宇宙性命之真，同其永久而無疆也。人而至聖化無極，神方無方之境界，便自可於自心中與自性中，證驗內天地與外天地，內宇宙與外宇宙，渾然一體，而無二無別也。

本書在道藏精華中，原影刊分爲二種，一爲玄微心印，一爲三峯丹訣，以往均爲千古不傳之秘典。當年玄微心印一書，附刊有道海津梁；三峯丹訣一書，附刊有赤水吟。今適二書三版之際，爲便讀者之互參合證，并易保存起見，特予合併影印之。

參修本書訣法，宜參正統東派開祖陸潛虛真人之名著，如方壺外史，莊子南華真經副墨，均係可歷千世而不朽之學術典籍，不可徒以丹經書視之；又如其手錄修真訣法秘本真蹟之「三藏真詮」，則尤見其然。（見拙編「上乘修道秘書四種」，爲淮海陸氏家藏本，世無傳本。）次宜參南宗自劉海蟾、張紫陽、石杏林、薛道光、陳泥丸、白玉蟾等以下，一脈相傳之諸祖經籍；尤以初祖張紫陽之悟真篇爲然。悟真一書，本社曾出版之悟真篇集註，悟真篇三註，及悟真篇闡幽等三種，應視爲南宗聖經，其次，并刊有白玉蟾真人全集行於世，亦爲不可不究之要籍。以上所舉，其學術性價值，遠在玄微心印與三峯丹訣以上，其相殊實不可以道里計矣。以後

二書從淺入，且祇傳工法與訣術，不可與言「極高明」也。

其次，凡參修本書功夫，最不可不深究之一書，爲「左道旁門小術輯要」，該書盡舉左道旁門採補邪術，及其他一切道門小術而力闢之，以彰其爲術而非大道，且易入險途，雖不無小有却病延年之功，然不可以入道也！以其有助於本書功夫之參修，故附及之，本社另有單行本，列於一般養生圖籍叢書內，可供互參互證之用。

中華民國六十五年歲次丙辰春文山邇叟序於石屋草堂



# 影刊玄微心印例言

蕭天石

一、本書原自濟一子傳金銓祖師輯選之證道秘書十七種中選出，原著者爲紫陽道人趙兩弼，四一學人喻太真，及兩顧道人與青峰子等四真。共分二卷，全本東派宗旨而論陰陽修真大道。凡關於封精、回精、煉精、煉神、築基、鑄劍、擇鼎、調鼎、降龍、伏虎、返經作乳、玉液、金液、溫養、面壁、脫胎、出神等神功，無不洩盡天機，並附有東派秘方不少。東派丹法以陰陽雙修爲宗，以明隆慶時陸潛虛真人爲開派祖師。陸親感呂祖降於其家，留北海草堂二十日而得其丹法真傳；成道後，著有方壺外史行於世，此爲東派正宗。其道術有過於密宗無上瑜伽雙身修法之欲樂大定。此爲上乘大法。後世借附其說，流於房術，而左道旁門之邪說益昌矣。

二、房術起源甚早，後漢書藝文志載有房中八家，其書早佚。近世坊間所流行之黃帝素女經，玉房秘訣，與雙梅景闇叢書所收之各書，均爲後世晚出之僞籍。房中之法，要不外所謂安爐置鼎，築基鑄劍，取坎填離，玉泉無漏，採陰補陽，服煉三黃，燒煉八石之說。其歌訣如：胎息有真都是汞，命門無路不生鉛，煉

成鉛汞歸元海，大藥能爲陸地仙。慎勿狂癡身又高，百事度了氣雄豪，果然靜坐思真味，體不交而神自交。龍降虎伏玄關啓，虎動龍吟玉管齊，風罷水中金液動，這回誰肯戀空枝。及一兜二兜，左右換手，九九之數，真陽不走之類。並有所謂清采濁采，內采外采，上采中采下采，以爲滋補大藥，服之可返老還童延年益壽之術。其荒謬悖妄，道統正宗，亦莫不都深惡而痛詆之也。

三、東派工夫，宜於已破體之中年人與老年人之修持，主取同類雙修以爲用。卽契曰同類易施功，非種難爲巧之意。竹破竹補人破人補。虛當補之使實，弱當補之使強，損當益之使盈，走當追之使還。中年之人，精血神氣髓，俱已虧損，不藉修補返還之法，何以復我乾體，還我純陽，以固丹基，進而修採藥，結丹、煉己、溫養、脫胎、證道之功。丹本雖曰家家自有，然實非自身所有之物；雖曰同類相補，然究非卸女採戰之事。迄乎取坎填離，抽添子午，採藥歸爐，以鉛烹汞，乃至結丹還丹，證道登真各工程之訣法，在東派更較其他派尤秘。以既漏之身，難以速補，半老之人，不易還童，若用陰陽相補，有所憑藉，不但入門爲易且亦事半功倍。惟防危慮險之節候亦較多，故更不輕易傳授耳。

四、惟正統東派，類皆上達於道，而不下流於術，主陰陽雙修，其原理概基準乎大易，本天地之交，觀死生之道；因坎離之用，修長生之術。卽主陰陽裁接，仍



不離道德雙修。雖曰續命延年，總不背利人利己，若一墮於御女採陰，借彼修我之邪徑，則有如飲鴆止渴，披麻救火，惟有自速其死而已，豈能藉此而可入聖登真哉。

五、本書之影印，主在供東派道門中人之保存與參閱之用，有其可存者在，亦有其不可存者在，有其可修者在，亦有其不可修者在，此不可不深切明辨者也。然修道之士，縱曰不可行，實亦不可不知，蓋因此得藉知其究竟，俾不致誤入岐途於他日耳。

六、本書卷末附刊道海津梁一卷，濟一子傅金銓著，原刊入證道秘書中。此次曾經遞叟刪去部份原文，以其無甚精要也。特此併誌之。

中華民國第一庚子七月之望中元節日太乙山人於大雪山白雲居



# 玄微心印合刊 目錄

玄微心印原序.....

玄微心印論.....

卷一.....

陰陽門戶 黃金土釜 奇經八脉 任督二脉 臟腑詳觀 三花聚頂

五氣朝元 月出庚方 兩弦秘訣 腦爲髓海 八卦五行 前三關

後三關 調息煉氣 煉神法則 聚氣開關 諸竅異名 歸根工夫

守任督脉 守氣機門 守泥丸宮 封精回精煉精 煉神攝陽 青龍劍

擇鼎 調鼎 鉛遇癸生 攢庚定甲 應星應潮 觀爐口訣 降龍伏虎

園室論略 蟠桃酒 返經作乳 王母九瓊丹法 返經方

玉匣蟠桃酒方

一 一 六

七 一 〇

一 一 五 〇

卷二……………五一—八〇

胎息第一 鑄劍第二 築基第三 玉液第四 金液第五 溫養第六

面壁第七

附刊道海津梁……………八一—一一六

### 三峯丹訣

一、金丹節要……………一一九—一四八

金丹節要序 踵息鍊氣篇 積氣開關篇 玉液鍊已篇 擇財助道

擇地立基 擇侶同修 築立丹台 選擇鼎器 試鼎真否 鍊已築基

積氣開關 玉液接命 金水鑄劍 金液大還丹 周天定時

二、採真機要……………一四九—一八六

築基 採藥 知時 鼓琴 臨敵 顛倒 至誠 河車 信門 順逆

採真機要 真機詩十九首

附刊赤水吟……………一八九—二四二

道藏精華第四集之六  
文山遜叟蕭天石主編

玄  
微  
心  
印

自由出版社印行



玄微心印原序

道者盜也。得人則傳不得。則秘。自古仙聖大賢。孰不  
慎哉。盜者。天地之道也。所謂不可須臾離也。可離非  
道也。是以上聖大賢。慎於秘。不著於象。行於密。不顯  
於機。噫。混沌未分。乾坤何由而設位。聖人何由而得  
其妙乎。然天地未判。更有何物。嗟乎。說到這裡。畢竟  
是無人承當。有丈夫曰。願領其旨。余曰。難矣哉。微乎  
微乎。微也者。天地之骨髓。陰陽之命脉。萬物之祖宗。  
予欲知之。卽一也。一者道也。道何載。載於二。二者一

陰一陽之謂道。天無地非天。地無天非地。聖人何由而得其理。日無月不明。月無日不顯。萬物何由而得其潤。由此觀之。天地聖人一而二。二而一者也。天地之象。日月之形。男女之身。夫男女何謂哉。天動地靜。男動女靜。是以否生焉。天清地寧。男清女濁。是以泰生焉。或曰。敢問否泰之由。余曰。此不敢擅言也。有天心賦曰。杳乎天地之未判。分理著於何處。妙矣。氤氲之盤礴兮。乾坤乃始奠。浩乎陰陽之祖兮。生人物不已微矣。罔象之得兮。玄風始所燦。玄風卽道妙之無



窮既云無窮。須得其要。其要有九。在於人行耳。行之  
之要。不在於天。卽執天之行。不在於地。卽握地之要。  
不在於日月。卽察日月之道。天地者。行道之具也。日  
月者。行道之道也。陰符去。觀天之道。執天之行。盡矣。  
然盡之之道。在於知時。時者。天地之綱領。日月之竅  
妙。四時之出入。萬物之發脉。聖人之仁義。故孟子曰。  
孔子聖之時者也。孰能及之。千古以下。孔子一人。聖  
賢雖多。所處之時不同。是以孔子獨尊耳。大道非孔  
子不明。是非非孔子不著。余何然之中庸曰。君子之

道在於慎獨。故能致中和。天地位。萬物育。人胡不諦  
思之。必得智人勇三者俱備。方可入室。對妻子無慚。  
見青天不忤。斯爲盡性。乃可至命。命從何處下手。仙  
源篇曰。明性積德。道之首也。鑄劍築基。道之行也。煉  
已持心。道之定也。玉液與金液不同。陽火與陰符有  
異。玉液則血化白膏。飛昇輕體。金液則形神俱妙。證  
道成真。溫養之功無他。只在揭地掀天。面壁之事何  
難。惟有抱元守一。贊曰。道成天地。德契人身。卷之退  
密。放之彌綸。天合亢。大地約坤。靈天地合一。日月同

明。術。以。延。命。道。以。全。形。物。滋。化。育。人。稟。性。情。草。木。有。類。龍。蛇。有。群。龍。與。虎。配。虎。嘯。龍。吟。龍。虎。相。鬪。必。有。一。奔。龍。若。降。頭。虎。必。來。侵。虎。若。伏。爪。龍。又。前。昇。龍。虎。合。德。方。得。其。真。既。得。其。真。二。物。相。親。二。物。相。親。天。下。太。平。始。得。其。尊。六。合。內。外。任。自。陶。鎔。昇。清。虛。境。不。惹。凡。塵。滄。海。桑。田。一。換。一。新。出。日。入。月。一。升。一。沉。復。還。太。虛。又。立。天。根。虛。化。無。爲。無。爲。化。空。空。空。世。界。蕩。蕩。乾。坤。千。劫。萬。劫。長。居。玉。清。大。丈。夫。事。至。此。乃。宏。聖。賢。妙。法。若。斯。之。靈。如。茲。如。是。名。曰。天。心。孔。孟。之。精。瞿。曇。之。

真仙家之妙盡於斯論秘密之諦陰陽之門悲憫後  
學用啟迷津四知勿慢六耳勿聞戒之慎之靈官隨  
身更無別言叮囑爾人

南昌喻太真譔

玄微心印論

太極中只陰陽二物。虛空內日月雙丸。一奇一偶。庖  
羲目夫婦得來。一闔一闢。孔子向乾坤拈出。打不破。  
把極樂國翻成劍樹刀山。悟過來。將烈火坑變作瑤  
池閬苑。既知真爐鼎。真橐籥。真橐籥性歸情而順以生。人卽  
以真爐鼎。真橐籥情歸性而逆以成。仙要識玄微妙  
用。須明藥火真機。十二巫山。眼面前放着上天梯子。  
三千弱水。身底下卽有渡海船兒。道不遠人。人自違  
道。乃有按摩搬運吐納嘘呵。或守性於印堂。或藏心

於艮背。或以肝肺爲龍虎。或以心腎爲水火。有六字  
訣。有四果徒。點汞燒汞。或專談性理。或別指陰陽。更  
有劍法五事。橐籥三進。餌紅鉛。煉秋石。梅子石。榴童  
男童女。吸精填腦。採陰補陽。種種傍蹊曲徑。紛紛別  
戶分門。余感 太上宏慈。續 正陽嫡派。爲 上陽  
之嗣孫。受斗南之提命。直指單傳。親承教旨。故不敢  
自私天寶。亦未敢濫授於人。鑒汝淳誠。傳茲命脉。童  
體與破體不同。金液與玉液各異。清靜乃首尾之功。  
服食乃點化之藥。弦前弦後。印平叔之真詮。先天後

天剖伯陽之秘訣。二十四氣七十二候。加彼五千四  
十八。簇將三萬六千年。石火電光。識盈虛於殺那之  
頃。非慧心匠手。安能巧奪天工。風花雪月。用璇璣於  
數載之間。非鐵膽銅肝。孰敢身探虎穴。惟忠惟孝。行  
著諸天。爲護法無功。無德惹那群魔。作障緣。當持柔  
而守默。宜內方而外圓。好生體天地之心。普度報祖  
師之德。爰授七章。更成三律。

當知紅日隱深潭。乾破爲離。補不難。金水水方分。地  
軸。弦前弦後。握天關。銖爻有定。依符火。刻漏無差。煖

汞鉛鑄劍築基能煉已。逍遙塵世幾千年。

第一枝花不易尋。五千四十八爲真。半輪月赤金初  
旺。兩點潮黃水正清。老嫩淺深憑匠手。屯蒙溫養結  
胎嬰。卦終六百如株橘。紫府瑤池註姓名。  
一味清虛爲面壁。抱元守一工夫寂。九年一旦破天  
門。漸從太極還無極。立功立德度羣迷。混俗和光人  
不識。凌霄有日衆仙迎。跨鳳乘鸞膺帝勅。

紫陽趙兩弼謹識



玄微心印卷一

天都紫陽道人趙兩弼

豫章兩顧道人胡慥

傳授心法

蜀東青峰子 丁守明

南昌四一學人喻太真

陰陽門戶

易曰。乾坤者易之門戶。乾陽物也。其數奇。其靜也專。其動也直。是以大生焉。坤陰物也。其數偶。其靜也翕。其動也闢。是以廣生焉。紫陽真人云。玄牝之門。世罕

知道光註云。玄牝乃二物。豈可通作一穴。若無此二物。何以造化萬物。子野註云。乃出入往來之所。陰陽交會之地。蓋卽玄門牝戶也。曰崑崙曰天根。皆指玄門。曰華池曰曲江曰偃月爐。皆指牝戶。世人以口鼻爲玄牝。又以兩腎中間一穴爲玄牝者。皆非也。

### 黃庭土金

腎前臍後三寸許。名太中極。又名金胎神室。關元氣海。會陰長強。任督歸根之處。左屬肝青色。右屬肺白色。上屬心紅色。下屬腎黑色。中宮黃色。乃黃金鼎。龍

虎交媾之後結胎之所最爲緊要

奇經八脉

陽維在頂門前一寸三分。陰維在頂後一寸三分。衝脉在風虎穴入髮一寸二分。帶脉在臍兩旁如帶繫腰際。云故任脉起於人中。降至會陰窩中止。督脉起於尾間。逆上泥丸。至齒交齟處止。陽蹻在尾間骨後第二節窩中。陰蹻在穀道前一寸二分。陽窩中。八脉惟陰蹻一動。週身俱動。然非先天大藥。八脉閉而不開。

任督二脉

任督爲陰陽之總司。任者總陰脉之所也。起於會陰。曲骨中。極關元。石門。氣海。陰交。神闕。水分。下腕。建里。中腕。上腕。巨關。鳩尾。中庭。膻中。玉堂。紫宮。華蓋。璇璣。天突。廉泉。承漿。入人中而止。上髮際。歷二十四穴。任者妊也。行腹部中。故龜納鼻息。鶴養胎息。而能有壽。通此脉也。

督者乃爲陽脉。督領陽脉之海也。起於下極。昇於夾脊。由長強。腰。膂。命門。陽關。立柱脊中。中樞。至陽。筋束。

靈臺神道身柱陶道大椎。亞門。風府。腦戶。強間。後頂。百會。前頂。總會上。星神庭。下手素膠。水溝。而至于兌。端巔。交歷二十穴。督者督也。行背部中。故鹿運尾間。還精補腦。而至。上上之壽。通此脉也。

臟腑詳觀

心者君主之官。神明出焉。爲陽中之太陽。通於夏氣。多血少氣。午時血氣注此。丙丁。肺者相傳之官。治節出焉。爲陽中之太陰。通於秋氣。多氣少血。寅時血氣注此。庚辛。

肝者將軍之官。謀慮出焉。爲陽中之少陽。通於春氣。

多血少氣。丑時血氣注此。

甲乙

脾胃者倉稟之官。五味出焉。爲至陰之類。通於土氣。

少血多氣。巳時血氣注脾。辰時血氣注胃。

戊己

膽者中正之官。決斷出焉。爲少腎之脉。附於肝經。多

氣少血。子時血氣注此。

膻中者。使臣之官。喜樂出焉。爲手厥陰心胞絡之脉。

多血少氣。戌時血氣注此。

大腸者。傳導之官。變化出焉。爲手陽明之脉。血氣俱

多卯時血氣注此。

小腸者受盛之官。化物出焉。爲手太陽之脉。多血少氣。未時血氣注此。

腎者作強之官。巧伎出焉。爲陰中之少陰。通於冬氣。多血少氣。酉時血氣注此。

壬癸

三焦者決瀆之官。水道出焉。爲少陰之脉。多血少氣。亥時血氣注此。

膀胱者州都之官。津液藏焉。氣化則能出矣。爲足太陽。一穴。儒曰九曲明珠。釋曰九重鐵鼓。道曰九曲黃

河此乃化氣上頂之正路學道仙子先須開尾間關此關若開不通陰陽無由而升降神氣無由而週流去道遠矣

三花聚頂

下乘煉精化氣中乘煉氣化神上乘煉神還虛精生氣氣生神神合道返本還源入於太虛是謂三花聚頂。

五氣朝元

身不動則精固而水朝元心不動則氣固而火朝元



心性寂則魂藏而木朝元。妄情忘則魄伏而金朝元。四大安和則意定而土朝元。此之謂五氣朝元。皆聚於頂也。

### 月出庚方

五千四十八日滿時。其太平錢定現於眉間。光一線現。漸漸滿至半輪。此爲上弦。卽速下手用功。若眉光圓。則真鉛之氣散矣。此時上則天應星。其下自然地應潮。然癸水初起。卽速下手。當此時也。鼎內溫熱。夜則兩目如電。神光射人。此乃緊要之真火候也。

兩弦秘訣

天上太陰。以三日而月出庚方。先庚三日。丁也。後庚三日。癸也。先甲三日。辛生癸也。後甲三日。丁也。信至爲庚。潮盡爲甲。

腦爲髓海

諸髓皆屬於腦。故上至泥丸。下至尾間。俱腎主之。膾中在兩乳之中。爲氣之海。能分佈陰陽。爲生化之源。故亦名之曰氣海。隔膜在肺下。與脇腹週圍。相着如幘。以遮濁氣。使不薰蒸上焦。幽門者。大腸之間。津液

滲入膀胱。滓穢入大腸。而變化出矣。

### 八卦五行

人之元氣。逐日發生。子時生復氣。在尾閭。丑時臨氣。在腎堂。寅時泰氣。到玄樞。卯時大壯氣。到夾脊。辰時。夬氣。到陶道。巳時乾氣。到玉枕。午時姤氣。到泥丸。未時遯氣。到明堂。申時否氣。到膻中。酉時觀氣。到中腕。戌時剝氣。到神闕。亥時坤氣。到氣海。

### 前三關

上關泥丸。心源性海之竅。中關黃庭。黃中正位之竅。

下關水晶宮。丹田氣海之竅。其丹一穴。儒曰道義之門。釋曰不二法門。道曰立牝之門。此乃河車搬運之捷徑。學道仙子。先須固守丹田。若不謹守呼吸。何由而得靈坎離。何由而交姤。去道遠矣。

後三關

下關尾間。太玄督脉之竅。中關夾脊。命門雙關之竅。上關玉枕。天谷泥丸之竅。但尾間氣至。爲丁質生。爲癸。仙家作藥。用氣不用質。而月出。月圓。實爲庚甲一定之準。弦前屬陽。弦後屬陰。陰中陽。半得水中之金。

八兩于二十八日午時看經三十日亥末今年初盡處子初明日未來時也採其先天大藥癸盡陽生巳午未初弦前屬陰弦後屬陽陽中陰半得金水八兩採其金氣此訣在癸盡陽生係兩弦真炁無失其時恰恰相當妙更奇 中秋天上月圓時陽生急採無令緩 進火工夫要防危

調息煉氣行持百日方可開關

此是還丹之首功神室之秘訣其息要調得極勻無出入經云調息要調真息息煉神須煉不神神如此

朝夕調煉。心死神活。刻漏無差。臨爐方可採藥。

煉神法則

採藥須一符之頃

每一晝夜一萬三千五百息。分於十二時。每一時一千一百二十五息。一時分六候。每候一百八十七息。零一吸。在採藥至緊至要。只用一吸之功。二候爲一符。每一符三百七十五息。奪一周天之數。一年只有三百六十日。外多十五息者。乃補月大月小及閏月之理。周天三百八十四交。合一斤之數。

聚氣開關

凡要開關。先將神守黃庭土釜。卽金胎神室也。于此  
踵十二息。降下尾間。又十二息。過穀道。長抽一吸。緊  
攝穀道。運動下關。接腎關至夾脊。又十二息上玉枕。  
此爲乾之策三十有六。又從泥丸宮踵二十四息下  
明堂。運動承漿。運動太陽。方降下金橋。過銀河華池。  
降重樓。下降宮神室。爲一轉。如此運行六次。乃是陽  
升二百一十有六。行坤之策二十四。乃陰降一百四  
十有六。合周天三百六十五度。久久行之。其關自開。

諸般異名

人生自因地一聲名曰後天剪斷臍蒂天命真性着於祖竅晝居二目藏於泥丸夜潛兩腎蓄於丹鼎故臍輪謂之生門兩腎中間謂之命門臍下一寸二分謂之下丹田一寸五分曰關元氣海頂爲須彌上有九宮中曰泥丸爲青女口爲丹池咽喉二管左爲食管右爲氣管有十二節名爲十二重樓心竅爲絳宮腰眼爲密戶又曰內腎糞門爲穀道前有玉爐穴陽爲天根陰爲月窟中有二竅上爲水竅下爲精血往來之路 八機石在西江內兩短葉處乃對劍之



竅也。又爲生門。深入則人門死戶矣。上鵲橋是彼舌。下鵲橋是玉莖脊骨二十四節爲銀河。足心爲湧泉穴。

### 歸根工夫

心下一管正對脊心中生意。皆從此出。或有妄念動處。卽靜坐守此穴。一絲不掛。萬慮皆忘。補元氣降真龍。皆在此處。工夫不斷。亦可延年。後有守任督諸工。皆屬下乘。守法蓋氣動而離本位。下降變爲質矣。不能守心而守氣。不能守氣而守質。此其所以爲下乘。

也。然不洩又強於洩。故留示下學以備不虞耳。但守  
督者。不若守氣機。守氣機。不若守泥丸。守泥丸。不若  
守心。守心。不若死心之爲妙也。欲死其心。必須煉性  
工夫。

守任督脉

凡靜坐行工。或覆仰交合。遇陽旺欲洩。惟於督脉起  
處。清心固守。其精自回。然守任督後。仍要守龜牛時  
方得不洩。

守氣機門

夜坐專心守氣機門。以陽動爲始。良久便收其穴前。近精竅。後近尾闕。一名戊己門。從中守之。不可遊思。恐氣貫尾闕。酉竅。其氣從此竅生生不已。如珠露滾滾之狀。直冲頂門。守一二周天。愈多愈好。亦生精法也。經云。守督一日。不如守氣機一時。

### 守泥丸宮

凡遇陽動。陽旺欲洩。閉目上視泥丸。良久則氣機自回。陽亦不洩。較之守督者尤佳。蓋神到泥丸。則精氣亦隨之而上。赴泥丸矣。

封精回精煉精

封精者。謹閉耳目口三竅。勿使精隨氣散也。回精者。凡精動已行。緊攝穀道。並拽起小腹。目視泥丸。與雙目怒視守泥宮同。煉精者。將大小便緊攝。並拽起小腹不放。一周方歇。名爲金底增薪。其精化而爲氣矣。凡遇心火煩燥。是夜緊防陽旺而夢遺。臨卧時卽預行守心工夫。或旺或動。卽行回精煉精工。夫行畢再用守心工夫。如此防慮。庶無洩漏。蓋牢固吾身陰精。是第一緊要事。卽求鉛無非爲乾汞也。若翻爐倒鼎。

喪却吾家珍寶。大命隨之得鉛亦何益哉。故爲同志者告誡之。凡鑄劍築基俱當兼用此功訣。

### 煉神攝陽

人身只此元神元陽二點神歸元纔爲了性陽歸元纔爲了命。所謂元者生天地之本。混沌未分者也。神爲精遷陽爲色喪喪却元陽則性命隨陽盡而盡矣。故今之學者須知煉元陽元神毋令外馳元神以攝元陽元陽以養元神自無外洩之患。久久龍降虎伏金丹可圖矣。

青龍劍

青龍劍乃雄劍。必煉至頭直豎。眼圓如青蛇之口。動而欲嚙。方可得藥。故又名曰青蛇劍。鶴凡獨立時。以頭啄入翎中。伏氣龍入虎穴。恰如其狀。故又名曰鶴翎劍。本一物也。

擇鼎

鼎之器。有偏正淺深之不齊。稟受有厚薄清濁之各異。須用神州赤縣美鼎。先天者必按藏經之數。後天如鑄劍。築基煉已。或二七二八二九皆可用。過此以

往藥味淡薄不堪取用。要察顏色紅白。骨肉均停。膚嫩髮黑。言乃金聲。神全氣足。則咽喉爽而言語响亮。臍爲命蒂。元炁深則臍腹深厚。神之光射於目。必目睛黑白分明。腎之精聚于齒。必齒牙瑩潔。謂之四美。又要不犯五病。一曰螺。爲陰旋。二曰石。爲爐道堅。三曰角。爲花頭尖。四曰腋。謂腋有狐氣。五曰脉。謂經期先後。有此五者不可用也。

### 調鼎

要仁慈恩愛。伏其性情。悅其心意。飲食服用俱要精。

美。凡腥膻之物及無鱗白死諸物。並生葱生韭。薤蒜。勿令食。令黃婆不時導引。舞龜敲竹。務要閒時調熟。庶臨時彼無懼心。亦不違拘。以至悞事。故曰黃婆說合同相守。鳳不和鳴。不與龜泥。九祖云。言語不通。非眷屬。工夫不到。不方圓。

鉛遇癸生

癸者陰中質也。鉛者任水清氣也。丹家用氣不用質。故去癸而留。上蓋鼎未生以前。父母交媾。父精先至。母血後來。血裹精而成兌。其受氣之時。先得母之鉛。



氣一兩。卽生右腎。牽一條。絛于正而生雙睛。牽一條。絛于下而生金丹。自此以往。十二日生癸水一銖。二百八十日生癸水一兩。稟此二兩而後降生。十五日生癸水一銖。一年生癸水一兩。十四歲生癸水十四兩。連胎元帶下之二兩。共成一斤之數。係三百八十四銖。合周天三百八十四度。易卦三百八十四爻。得天地之數足。陰極陽生。癸盡陽現。故二七十四而天癸降矣。十四年癸降後。至二十六個月零七日半。耗癸水一兩。至四十九耗癸已盡。銖兩盈虛之理也。

攢庚定甲

先問老陰年甲算該幾數。次算少陰年甲。又該幾數。如鼎多七日。則知藥在五千四十八日零七日。如少幾數。則知藥在五千四十八日之前幾日也。只以十數爲主。多少只在十日之內。如太過不及。卽非正氣。乃貧賤夭折之鼎。不可取用也。其算法照河洛圖水一火二木三金四土五之生數算。至天干地支俱依此算。假如鼎是癸巳甲寅乙丑戊寅共二十五數。係正月二十二日生。而母命十八數。今鼎比母多七數。

乃知藥在丁未年正月二十九日申時生藥。此定年月日之定訣也。木生人在亥時生藥。水土生人在申時生藥。火生人在寅時生藥。金生人在巳時生藥。此定時之定訣也。凡多三數在末二候。多七數在中二候。多十數在前二候。此定候之定訣也。如訣例推至秘至秘。

### 應星應潮

五千四十八日滿時。其太平錢定於眉間上三分光。現一線漸漸滿至半輪。卽速下手用工。兩眉光圓後。

則真鉛散矣。所謂天應星也。其下潮水將生。則兩目如電。神光射人。晝則遍身如火。鼎中溫熱。內有浮陽之氣。蒸爲微液。浮氣一開。真陽卽降。所謂地應潮也。五千四八歸黃道。天應星分地應潮。潮星入雨水。初生。眉心獨現金光照地。應潮兮。是下弦金逢望。遠仙翁笑。癸盡陽生後。天漿採之半。向真玄妙。

觀爐口訣

有圖未畫

嬌娥月窟竅。原微未到開時。莫亂爲。冒月半輪爐半。

闢坤門初展藥初垂諄囑黃婆勤探信休教王蕊霎  
時虧若待雙扉全闢處空勞伏劍覓刀圭

### 降龍伏虎

降龍莫先于降心。陽剛之極頭可降。須降腰尾。故曰  
見龍無首。然必心不動而體堅剛。方敢入虎穴。取虎  
子。龍不可戰。易曰龍戰于野。其血玄黃。陰陽皆傷也。  
虎秉金氣。最善傷人。以物誘之。悅豫其情。易曰履虎  
尾。不咥人。亨。悅而應乎乾也。伏虎不可闢。入穴不宜  
深。不動不勞。中節而止。虎嘯風生。情來歸性。故降龍

玄微心印

卷一

二十

伏虎之法惟靜惟寂乃感乃通。

玄微心印卷一終

園室論畧

構室二層。高一丈二尺。深闊亦如之。用柏木。務要精

微。前一層奉祀

上帝列代

仙師

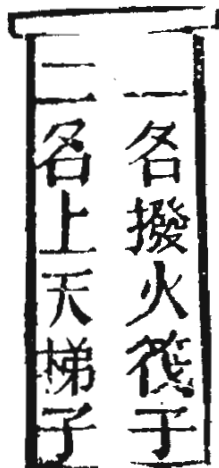
五祖  
七真

雷神及

傳度師。擇黃

道吉日。拜表奏聞。然後入後一層行工。擇慎密同志  
伴侶。易曰。二人同心。其利斷金。倘非其友。變生肘腋。  
性宜和藹。事忌招搖。易曰。機事不密。則害成。慎之慎之。

琴牀式



用柏木爲之。依法作  
玄武尺量二九一尺  
入寸首廣尾挾高四  
寸寬窄量人身大小

蟠桃酒

蟠桃酒。兩個葫蘆盛一斗。五行造出真醍醐。逆烹一  
醉醫枯朽。若能九鼎入胸中。返老還童天地久。  
蟠桃酒。本是無中生出有。嫦娥專賣返魂漿。藏顙靈  
丹上下走。仙翁醉倒百花叢。一杯灌醒貪花叟。  
選二七美鼎。體格肥閏。安置精舍。詢確年月。算至五  
千四十八日之前。真鉛未降。先用美食調養一月。勿  
令遊走奔馳。不得勞心神昏。算至將降之先。預服藥  
大栗子 廣木香 鹿角霜 王不留行 山



甲土炒

升麻

沉香

沒藥

柴胡

以上各

一斤。射香少許。前藥各等分。每用猪蹄同煮熟。先吃湯調酒服。忌生冷。服至藥力到時。其乳漸大。令黃婆同眠。以手揉其乳口。咂一七。其經自返。

先天妙藥實堪誇。更有三和散內加。沒藥茯苓破。故紙補得丹田似月華。

沒藥

茯苓

故紙

各二兩

爲極細末。每服三錢。用先天乳一杯調勻。蒸熟如豆腐。加葱白調和。空心服。服後仍用乳一杯靜守黃庭。

返經作乳

熟地

山甲

土炒

王不留行

川芎

白茯苓

去上

各一錢

歸身

二分

花粉

八分

漏蘆

二錢

通草

四錢

豬蹄四個煎湯待澄清。取湯同酒各半煎前藥服。三次以梳炙熱熨兩乳。令口啞之。其乳如泉湧。

又方

歸身

川芎

香附

各一兩

升麻

王不留行

各

兩

山甲

七片

豬蹄

四個

煎湯

澄清

煎藥

服其豬蹄

任意食之。酒下。恐乳未來。再服催藥。

又方

太歲卵

隔紙焙干

漏蘆

磁石

火煨酒淬七次

來服子

各一錢

共爲細末。算白虎經行前三日用好酒調服一錢。

王母九瓊丹法

太歲卵

驚蟄前穴中取

兔糞

腊月取

川山甲

酥炙

王不留行

蒿芎子

牛旁子

鐵掃帚子

以

上麥麩炒黃色各等分入射香少許共爲末。選十四兩上鼎九具看金花初現之時以芭蕉汁調服二錢。日進三次。命黃婆與鼎同卧撥動琴絃拂其

兩乳使金氣飛入乳房兩乳俱大狀如橘子結硬不散。用手揉軟。將三月嬰兒口啞開乳口以陰陽壺取之。味如飴餠。號曰靈丹。老人服之內行胎息之功。服至九鼎已。永自乾陰血變爲純陽。面如童顏。髮白轉黑。齒落更生。永作人間陸地仙矣。其鼎仍用前猪蹄四個。煮熟去骨。于乳行之後。同好酒服之。三日後再服。後藥用大猪前膀蹄四個。煮極爛。濾去骨。人板栗肉一斤。鮮蝦二斤。再煮爛。將絹絞出汁。加王不留行。川山甲各末二錢。調汁服之。

當用好酒美味甘菓與之食以助氣血隨取隨服  
再用磁石火煨酒淬九次研爲細末川山甲火焙  
蘇木歸身漏蘆甘草名等分射香少許共爲  
細末每服二錢好酒調下日服三次其乳湧泉而  
至珍之秘之

### 返經方

閨秀回經作乳娘升麻通草天仙郎兔絲生蝦川  
山甲冬葵歸粉麻蓉陽一日三服生酒用乳養胎  
仙朝上蒼助鼎先用乳香酒拔出真陽滿體香

右等分共爲細末。每服二錢。用好生頭酒一碗。取生蝦汁半碗。用藥調服。日服三次。取乳之法同前。其乳卽通。神效無比。

玉匣蟠桃酒方

升麻 通草 天仙子 龜甲 秦歸各等分 山甲  
射香各少許 以上酒浸。鼎服之一云。七月十七日。天  
癸卽昇於乳房矣。

推時現光

十二時生人。觀光色光現處。卽藥至時。

圖	看	直	推	橫
	申	正	紅	辰戌
	酉	正	黃	丑未
	子	左	白	申酉
	卯	右	紫	亥子
	亥	正	紅黃	巳午
	辰	正	紫黃	寅卯

立微心印

卷一

廿五



玄微心印七章卷二

傳授心法

天都紫陽道人趙兩弼  
豫章兩顧道人胡 慥  
蜀東青峰子 丁守明  
南昌四一學人喻太真

胎息第一

此一節修丹入門之首務也。夫天地一歲一呼吸。人身之氣一出入爲呼吸。而一呼一吸謂之一息。天地悠久無疆。賴茲一息。而丹道會陰陽。權造化。改天

命奪神功。亦賴茲一息。故入門以胎息爲首。擇吉入室。斯時不宜飲酒。飲則氣粗。勿食葱蒜。食則神昏。喜怒勿干。使心不亂。雜慮勿留。使志不分。面東端坐。厚鋪毡褥。使體不倦。解帶寬衣。使氣不促。謹閉六門。使氣不散。端坐良久。神清氣定。一念規中。萬緣頓息。移神於氣穴之內。不一念別移。不必用意。妄想只要神息相依。勿令一息外馳。而氣吸時。心卽隨之。而到氣穴。氣呼時。心卽隨之。而到靈臺。綿綿不動。若忘若存。目不離觀。觀無所觀。神不離照。照無所照。坐到澄

澄湛湛物我兩忘元神真氣凝入黃庭內不出外不入如在胎中神息相抱則息不待調而自勻矣不可頃刻間斷如此二炷香久黃庭熱氣自然湧沸於此縮頭聳肩蹲身如猴踵十二息微脇小腹緊閉穀道以意引此熱氣至尾間又踵十二息至夾脊雙關又踵十二息覺夾脊中微癢微熱直上玉枕其關最實其竅最小用目上視泥丸仰頭昂鼻將目九開九閉存氣注滿泥丸此逆上後三關爲乾之策三十有六也旣通泥丸低頭踵二十四息應坤之策閉目下視

使泥丸之氣過明堂下山根。逼動汞漿。舌抵上腭。將氣過鵲橋。緊閉鼻息。虛嚙氣下重樓。過絳宮。以意引下其氣。歸于黃庭。此順下前三關也。後上前下。始爲一轉。謂之小周天。如此運行六次。行乾之策二百一十有六。乃升陽也。行坤之策一百四十有六。乃陰降也。陽升陰降。共合一周天三百六十五度之數。每日于後午前。按時行功。遇身中一陽發動。卽吾身活子時也。不拘正時。子午卽于陽動之際。踵息引氣過尾閭。照前升降功夫。行一周天。每日如此。身中一陽動。

漸漸時時發生卽行一小周天不拘于午。不拘次數。有從左足底湧泉穴。運上尾間行一周天。又從右足底湧泉穴行一周天。兩足雙行一次畢。仍靜守黃庭。謂之大周天。一日行一次可也。總之陽動則運轉。輻勿遲勿疾。不動則伏氣胎息。勿助勿忘。此又口訣之口訣也。然陰陽未入紅爐煅煉。未得鉛氣鎮之。未免易于飛走。必須謹防夢洩。惟精滿始可鑄劍劍靈。始可築基。故此功多行數月更妙。然行及百日。或兩月而爐鼎備就。亦可進鑄劍之功矣。但踵息不宜吸。

冷氣入腹。若云抑息息閉。則氣壅而血必滯。反生疾病矣。烏乎可。卽曰調息。亦攝心之法。煉氣使純。必以神息相依爲準耳。至若閉關。則先賢云。人身血氣本通流。營衛循環百刻周。若是閉門學行氣。正如頭上又安頭。況順而成人。亦未聞彼家閉關。始孕者也。若曰使路徑行熟。待大藥來時。易于升降。斯言庶或近之。須知伏氣黃庭。卽胎息之法。運轉一陽。卽任督之功。二者卽童體清靜之訣也。

一氣循環宇宙中。以神馭氣補天功。

黃河逆轉流天上 待看靈龜吸巽風

鑄劍第二

此一節乃善事利器之功也。欲煉金丹。非藥不可。劍不通靈。安能得藥。故以天地爲爐。冶陰陽爲水火。配以五行。制以神氣。煉成寶劍。能曲能直。能剛能柔。隨心適意。而走聖飛靈。丹士須擇無破無損美鼎三具。或重二七二八二九者。安于靜室。調養數月。待其前弦之候。月柱將開之際。卽行地天泰卦用體。隔神交之法。以劍穿過琴牀眼。內入太陰爐。不拘爐之淺深。

但圓眸龜眼含佳支機石爲度上以口對口架彼鵲  
橋以迎甘露下以竅對竅架我鵲橋以度真鉛卽握  
天關在手于子時進陽火始於復卦拍子交三十六  
息丑爻三十六息火生於木禍發必尅精生于身情  
動必潰故寅爻內十八息撒劍歸爐外十八息木生  
在亥旺于卯乃二月春分後木旺之時卦屬大壯木  
主德故于卯爻空數三十六息所謂沐浴加臨卯酉  
門也若水冷火炎竹不應物訣曰卯酉門中作用時  
玉龍常醮玉清池雲薄薄雨微微看取嬌容嫩色姿



劍師剛矣忙。爐中又招辰爻三十六息已爻三十  
六息自子至巳共二百一十六息即十一月起至四  
月止六個月工夫復臨泰大壯夬乾正陽極陰生之  
候進陽火之功也午時退陰苟始於姤卦招午爻二  
十四息未爻二十四息寅爻丁火生旺故申爻丙十  
二息撤劍出爐外十二息金生在巳旺于酉乃八月  
秋分後金旺之時屬觀卦金主刑不宜添火防危慮  
險故于酉爻空數二十四息所謂沐浴加臨卯酉門  
也仍照前訣入爐又招戌爻二十四息亥爻二十四

息坤策二十有四。自午至亥共一百四十有四。卽五月至十月正六個月工夫。如遯否觀剝坤正陰極陽生之際。退陰符之候也。自子至亥所謂周天息數。微微數者此也。我則寂然不動。是以感而遂通往舌中。津冷如水。所謂玉漏寒聲滴滴符者此也。上橋既冷。藥已下降。爐中火發。熱如滾湯。鉛鼎溫溫。卽外火候。于是忙抽鼻息過關。訣曰垂廉閉兌目觀。眞鼻引清風入金井。拳手縮腳似猿猴。明珠自上泥丸頂。藥過鵲橋怒自上視。然後降下土釜。此二候得藥前行。短

也。此時離鼎去牀靜守黃庭七百二十息鉛汞相投。此四候合丹後行須長也。但安神息綿綿卽內火候。至至後弦之前癸盡陽生之時仍照前功如此煅煉。百日劍得金水之氣變化通靈龍口無涎始稱堪用。乃可築基故曰聖人以此劍飛其身愚人以此劍喪其形妙在戒慎恐懼而已。然入藥鏡云一日內十二時意所到皆可爲若專等火候未免耽延宜于築基內五日之候每日候而行之諺云淡酒多杯也醉人總費其時耳。如或溫養藉氣薰蒸倘不使用琴牀不

行泰卦。只要鼎佳。卽依世法。亦可延年。易曰。上下交而志同也。若上下不交。其志不同。陰陽非類。藥苗不生。況木性愛金。順義金情。戀木慈仁。金木交合。始得情歸性。若用劒法五事。對景接風。濁亂元胞。是隔靴搔癢。弄巧成拙。終無效驗。乃旁門之最下者也。揆之以理。仙師豈欺我哉。

鑄劍神方實可誇

蟾光原出自金蟬

堅剛既已通靈聖

好泛仙槎玩月華

築基第三

此一節牢固陰精之功也。凡人到十六歲純陽未破。陰精未產。欲結聖胎。基何用築。自此以後。陰氣漸長。陽氣漸消。不論走失與不走失。但卦象一翻。乾體卽破。若不築基。則汞走而形愈敗。故三丰祖云。再休提清靜無爲也。百尺竿頭。閃了多少英雄。然不求後天之鉛。無以制汞而固形。若遽求後天之鉛。又難當真火之焚熾。是以鑄劍功靈。以築基行五子歸根之法。用美鼎三副。重十四十五十六者。每副從前月後弦。癸盡陽生之時算起。五日一候。算至前月二十八日。

午時看經俟三十日亥末子初正當三十時辰之際。即彼家前弦生藥之活子時。斯時癸質未來。正太上所謂迎之不見其首也。每天上十二正時。假如此際生藥直已。即以巳時爲天地活子時。入爐搯左手子爻。數周天起。即天關活子時也。其下手之坎上離下體隔神交進火退符。寅申內外卯酉沐浴俱與鑄劍同法。至玉漏寒聲鉛鼎溫溫。此降藥活子時也。于內腎就近處運一點真汞迎藥過橋。此吾身活子時也。總以彼家活子時爲體。以正及天關爲用。其四候歸

金合丹亦同鑄劍。正本月後弦活子時。正三丰真人  
所謂鉛花現。癸盡時依舊西園花滿枝。此時仍照前  
行功畢。又以此後弦癸盡陽生。活子時算至明日何  
時爲彼家之活子時。至期行功。又算至後日何時爲  
活子時。至期行功。從本月後弦如此逐日算去。日日  
有活子時。俱照前行功。上陽真人云。月月有陽生之  
日。刻刻尋癸生之時。又曰。一日僅有一時。悟真云。時  
之子。妙在心傳。又云。煉藥要知昏曉。上陽註云。這裡  
又須師傳口授。然而究未明言。僕願人人成道。故敢

洩盡天機。蓋築基百日之功。每鼎一月。只兩弦。三鼎  
百日。只得十八度。若不日日積趲。基何能固。倘疑不  
遇兩弦。必無真氣。是今日有昏曉。明日當不應有昏  
曉。天地真陽。一日不生。則天地幾乎息矣。人身一小  
天地也。夫復何疑。只是每日尋常之氣。畧薄耳。但遇  
晦明陰雨。天地正時難定。既無銅壺滴漏。必須志道  
友。將後之刻漏較定。合一。然後書貼香上。燃香定刻。  
庶不差殊。如此百日。陽鉛制伏陰汞。永雖未卽死。而  
得沉重之鉛。金制伏始不飛走。乃進煉已後功。凡採



藥之時卽有靈官執鞭。鑒察護持。如一心行道。便能  
得藥成仙。若淫念一起。便爲地獄種子。立墮三途。惡  
趣滅跡。分形可不慎歟。要知金丹陰陽。不過任其自  
然。呼吸並無半點造作。所謂靜則金丹。動則霹靂。三  
丰祖云。絲毫念起。喪天真。是內外俱靜之功。又曰。煅  
煉一爐真日月。掃盡三千六百門。世人悞猜爲御女  
採戰之術。若動而戰。則彼之氣變成質矣。戰而採吸  
此渣滓之物。豈能與我先天虛無之神氣配合而成  
丹哉。不惟無益。且不知斷送了多少英雄。故無根樹

云步步行從龍虎窟。又曰防猿馬劣。更頑掛起娘生。  
鐵面顏紫陽云。命寶不宜輕弄。憶生人門。死人戶。慎  
之哉。慎之哉。

桃源洞。目碧桃開。朶朶花皆妙藥材。  
每日西川光照耀。主人靜裡醉歸來。

玉液第四

此一節乃補還乾體之功也。夫乾道陽裡藏陰。坤道  
陰內含陽。欲補乾元。非坤不可。易曰西南得朋。乃以  
類行。張真人云。人老原來有藥醫。梅寄柳。桑接梨。傳

與修真作樣兒皆此之謂也。然坤道與大陰同體。天  
上太陰三日而月出庚方。先庚三日丁也。後庚三日  
癸也。信至爲庚。潮盡爲甲。氣至爲丁。質生爲癸。大藥  
用氣不用質。而月出月圓實爲庚甲一定之準。弦前  
屬陽。弦後屬陰。陰中陽半。得水中之金八兩二十八  
看經三十日。亥末是今年初盡處。子初是明日未來  
時也。於此時當採其後天之先。所謂前弦也。癸盡陽  
生。是初三日巳末午初。弦前屬陰。弦後屬陽。陽中陰  
半。得金中之水八兩。於此時採其後天之後。所謂後

弦每年有二十四氣七十二候。坤道亦如之。自初三日午時算至初八日爲一候。鼎內陽氣發洩。在巳未午初宜急採之。初八日午時算至十三日戌時。火庫歸戌。三十日亥末。正太陰太陽合璧。將復生魂之時。先庚三日丁也。于初一日子初。感陽光而有孕。鼎中此時正合前弦。急宜採之。至初三日巳末初。乃後庚三日癸也。鼎中此時正合後弦。宜急採之。不拘泥天邊之庚甲。丹經休向天邊尋。子午好從身上數。坤申如此。每月月桂花開。兩弦奪金氣一銖。十二月得十

二銖好鼎十副。一年得一百二十銖。二十四銖爲一兩。三年共得三百六十銖。連所稟父母二十四銖之祖炁。共得三百八十四銖。合卦三百八十四爻。如法財多。廣制鼎器。則三年之功。一年可畢。然不可一概論也。自十六歲以後。每年耗元氣八銖。視所耗之多寡。則所補之多寡亦如之。不拘五十六。皆可入道。卽七十八十。以至百二十。皆可還丹。但要鼎中節候爲主。不可毫髮差殊。鼎用二七二八。或二九亦可。其下手之功。體隔神交。子午進退。寅申內外。卯酉沐浴。

二候四候俱已鑄劍同功尤要時時慮險刻刻防危  
三年填補既足脂髓皆永血化白膏津唾汗淚七般  
陰物一點俱無乃爲效驗方採先天而煉大還

玉液還丹不等間攢將節候要時問  
三年兌藥銖銖鋪早已人間陸地仙

金液第五

此一節乃先天還丹之功也玉液與金液不同先天  
與後天各異後天延年益壽先天作聖成仙欲識先  
天須問老陰年甲次算少陰生庚攢庚甲支干簇年

月日時必須先天第一枝花。花開白虎首經。家園預  
已養就。當五千四十八卷藏經。行流之時。藥分老嫩。  
水辨清濁。金十五兩。所生五分之水。二分為真。至三  
分。則神水帶癸。不堪用矣。採至一分之初。即請聖母  
登壇。具衣冠。拜過。命黃婆引入園室。用精細侶伴。分  
子午。定刻漏。預早令以一鼎。制取蟠桃酒。銀壺盛着。  
聽用于二分。神水將至之時。遂架天梯。行地天泰法。  
定勻彼我呼吸。似月窟中爐鞴之呼吸。鼓動天根。於  
子進陽火。至巳爲經。午退陰符。到亥爲緯。寅申內外。

卯酉沐浴行天關之功。鼻息氣微。舌冷如水。鉛鼎乾熱。則不知周天要到何處。却將天關拋却。惟以運火爲主。遇此火候。却于內腎下運。汞迎鉛度鵲橋。汞鉛混合。閉塞三竅。鼻引清風。拳手縮脚。人身如猴。却以意引真鉛。由一問升轆轤二車上。雙關夾脊入泥丸。遍九宮。注雙目。降金橋。下重樓。到絳宮。去梯去鼎。命伴侶扶起。行絳宮治煉工夫。于絳宮內調九九八十。一息。使鉛氣薰蒸。心神靈徹。將火降歸黃庭。此之謂乾坤交媾罷。一點若黃庭於黃道行四候合丹功者。



得此一兩真金則陰永闔氣而死號曰丹母其時人  
我兩忘如醉如癡伴侶以蟠桃酒緩緩灌下解其真  
火之熾昏昏七日俱用綿綿飲之候其來復醒時卽  
爲人赤子始進溫養後功所謂奪太極未分之造化  
攢歸鼎內三千六百之正氣輻輳胎甲天地合德日  
月合明工夫至此我命在我而不在天矣  
一點金精生月窟 留在塵寰點凡骨  
輕輕默默運歸來 天仙只候金丹熟

溫養第六

此一節乃澆培溫養之功也。溫養者，丹已凝結，只用真氣澆培，火符溫養，由微至著，自小而大，每日如鷄抱卵，似龍養珠，以神馭氣，四大皆忘，惟凝我之元神，與先天真炁同入黃庭之中，凝然不動，寂然無思，雖已結成黍米之珠，尚未堅實，全仗火候。進火退符之功，溫養澆培，但以鑄劍築基採藥不同，用鼎三具，朝一暮一，餘一鼎以防月桂花开，開則不可用。自醉醒一陽來復之時，則是吾家活子時。假如初一得藥，初七寅時醉醒，卽以寅時作復陽子時。自子至巳進陽

火共二百十六息以巳時作活卯時沐浴至未時係  
活巳時是應坎上震下朝屯也申時是活午時以亥  
時作酉時沐浴丑時是活亥時自午至亥退陰符共  
一百四十四息艮上坎下之暮蒙也每月每日諸卦  
皆然但一日兩卦一月計六十卦十個月無異六百  
卦終方進面壁之功凡屬卦象皆係譬喻要得象忘  
言紫陽曰後世迷徒皆泥象却行卦象望飛昇斯言  
盡矣自此丹房器皿委棄不用凡得藥之鼎善爲撫  
之俟另煉服食點化以酌伊功

醺醺醉醒莫貪眠  
六百卦交符火足

溫養澆培十月間  
剛剛三萬六千年

面壁第七

此一節乃抱元守一之功也。溫養事畢，選勝水名山，四面有朝拱護送之龍脉，大地築園構一室。初三年在黃庭煉精化氣，六年到絳宮煉氣化神，九年上泥丸煉神還虛，勿天門迸裂，霹靂一聲，陽神出現，號曰真人。五陰六賊化爲護法三部八景，悉爲神靈。吾身三萬六千毫毛孔竅化爲三萬六千精光神兵護持。

但陽神出殼。必須調馴。三五步。卽須收回。照顧軀殼。恐迷失歸路。不返舍。知由一步至十步。卽步由一里至二里。至千百里。隨收隨放。漸老漸熟。再入朱陵火符。煅煉形神。蓬萊煉光。瑤池沐浴。入金石無礙。步日月無影。由出神。超無神。由無神。化千萬神。聚則成形。散則成風。超出陰陽之外。周流六虛。再煉服食神丹。九立七祖。俱獲飛昇。更於人間積功累行。患難者扶之。冤屈者救之。貧困者濟之。饑寒者衣之。食之疾病者醫之。時時方便。事事仁慈。如是功滿三千。德周八百。

無量度人內外丹成道高德重竚聽天詔拔宅冲  
舉到此纔是英雄豪傑儼是聖賢噫不十數年工夫  
遂使身超三界壽厯塵沙祖宗昇而群生度人亦何  
憚而不學仙乎

抱元守一是功夫  
九載功成天詔至

寂靜清虛一物無  
任君跨鶴遍蓬壺

玄微心印卷二終

道藏精華第四集之六  
文山遯叟蕭天石主編

道  
海  
津  
梁

自由出版社印行





道海津梁

濟一子珊城傅金銓著

諸君子之從吾遊者。將何以教之。登高自卑。行遠自  
邇。莫問冲霄。先憑根地。欲學神仙。先爲君子。人道不  
修。仙道遠矣。人道是仙道之階。仙道是人道之極。不  
有人道。安求仙道。正心修身。從義崇德。此庸行也。孝  
弟忠信。忍讓慈惠。此庸德也。庸德之行。庸言之謹。真

學志士。必自此始。洗滌舊腸。删除習氣。纖過不貳。然後講求性天。世紛利欲。一切無干。人愛不愛。人貪不貪。勉奮精神。刻刻自勵。行感應篇。嚴功過格。實行實踐。若不如。此內省多愆。外行虛偽。本實先撥。司過之神。勘其心源。鑒觀毫髮。成墮落矣。又安望扶搖九萬耶。余垂家訓。新書二聯。忠信立身之極。昭茲令範。孝弟爲人之本。敬爾天常。作德日休。謹遵吾訓。爲善最樂。用教爾曹。今諸君日談斯道。而不由德。是徒談也。太上著經曰。道德明非德。不成道。粵稽道祖。住世千

年猶龍之嘆。僅得東魯一人。此後閉尹望氣而迎受  
學者。不聞有二。何其難也。曆百劫而一傳人。非虛語  
矣。兩間大事。誠無有過於此者。脫離死籍。超登仙界。  
璿闕瑤宮。駭螭駕鶴。戡掌風雷。含元運化。作人天師。  
爲洞天主。現在九祖曆劫生身。咸超聖境。永無生滅。  
顧不重歟。然而真師難遇。真訣難得。非有濟世深功。  
含宏至德。莫任荷擔。自古聖仙。無不艱難辛苦。千磨  
百折。以至於成。入水踏火。始終不悔。有此志量。方可  
格天。神工雖易。天眷爲難。世之賢流。不度德。不量力。

欲冒昧以求輕易而得何其妄也。余也謬膺天眷。多歷歲年。備嘗艱苦。只此一法。太上至今萬仙萬佛。共出一途。別無旁徑。謹書師訓。爲後來學仙者告。

易曰窮理盡性。以至於命。理不窮則無以盡性。性不盡何由以至命。盈科之理。未可一蹴不到。知命未可言至。孔子罕言。佛云秘密。淺識之士。理不窮。性未盡。奈何輕言命哉。性由自悟。命必師傳。自古至今。少有能窺其涯涘者。必欲求之。當自立德修心始。昊天付與有德。至人守以待賢。繼道統握天符。承先啟後。安

敢授之非人。自罹天罰。茲特敷其梗概。使暗中射噪者。得睹正鵠之規。於此研窮至理。克全性天命本立矣。

伏羲一畫開天。至聖神人。恍然有悟天地之理。至道之精。畫此一畫。一畫陽也。陰卽隨之。兩儀成而三才立。三陽旣全。三陰卽至。乾坤定矣。乾生三女。坤生三男。各得其中爻。文王重卦。三才而兩之。不交不成。變化因而成。六十四卦。三百八十四爻。民物象數之理。脩矣。丹法六十四卦。除乾坤天地坎離日月餘六

十卦三百六十爻應周天度數朔旦直屯屯之一陽動於下有朝之象焉。至暮直蒙蒙之一陽止於上有暮之象焉。次日旦直需需直訟訟挨排卦序顛倒反覆日各二卦三十日而六十卦終矣。卦之全體已脩一月之候始完終則復始如循環其顛倒何也。內外反對耳若

屯三三需三三  
蒙三三訟三三

其對體何也若

中孚三三  
小過三三

一反一覆

一進一退皆與天地同符此符周天朝暮換易假

卦設詞耳。當知卦者掛也。掛此象以昭示於人也。若泥於象則惑矣。

三教鼎立。如一屋三門。中無少異。儒立人極。孝弟之道。報本反始。正心誠意。道德之源。此範圍形體之道。入世之法也。仙佛在聲臭之表。形氣之先。出世之法也。出世必基於入世。欲求出世之功。先講入出之道。儒其大宗矣。今之道人。傍教門以求衣食。其陋者只知領法派。帶徒弟。興旺廟宇。稍異者。讀清靜經。行清靜法。棲巖住壑。友寒猿。伴凍鶴。木石草衣。守死一生。

何其愚也。道流無知。俗人無目。但聞某人入山幾載。某人打坐幾年。便謂有道。彼豈知同類得朋。人須人度之事乎。離去家中。背却倫常。陰寡陽孤。便成乖舛。與道背矣。須知至道在人類中。而有在氣血中而求。上陽子曰。三教聖人。非同類。不爲功。此其奇也。天地之大德曰生。道者生之德也。生之德。陽氣也。有一分陰。不仙。有一分陽。不死。陰陽妙用。在於生殺。生殺爲消長之機。復姤爲起止之處。復見天地之心。姤有履霜之慎。否泰者順逆也。地天曰泰。天地曰否。止。



而悅男下女。故不曰陽陰而曰陰陽。不曰始終而曰終始。始終是盡。終始無窮。造化深機。在於順逆而已。順生人物。逆成仙佛。共此一機。惟逆不易知耳。虛無生妙有事。至平常。昔別君未婚。兒女忽成行。從前是無。忽然而有。無是有之根。有是無之始。天下萬事萬物。何一非自無而有。自有而無。自無而有。曰造。自有而無。曰化。生生不已。化化無窮。自一世界至千萬世界。無有不同。開闢以來。天地定位。日月中旋。照曜萬物。至於今不二。

道者其無極乎。無極而太極。無極在渾然之表。太極兆將動之萌。中子中間。所謂今年初盡處。明日未來時。究其機。無出乎動靜。靜極而動。動極而靜。一動一靜。互爲其根。分陰分陽。立牝乃立。立牝立而萬化滋彰矣。山澤通氣。呼吸迴環。斗旋日運。無息停畱。太極在天地空談其理。太極在人身實行其用。其用云何。活子是也。天地根。萬物母。真元始。真太極也。太極即道道。即藥。藥即丹丹。即一契曰。一者以掩閉世人莫知之悟真曰。三五一都三個字。古今明者實然。希曰。

世人莫知。曰古今莫曉。其難遇難窺如此。其重且大也。迷徒學道。妄却心思。迷却耳目。以盲引盲。迷迷相指。直至老死。不知悔悟。執其說如銅湯鉄鑄。可憐此輩。罪深孽重。無異戴盆。滔滔皆是。古今一轍。可爲浩嘆。吾爲此悲。特著試金石一書。爲誌師之左證。執此以辨真僞。如果日當空。魍魎自遁。二十四問能迎刃而解。則衆同悟真徹矣。若一語摸稜。便非真實。又以其言印之丹經。稍有不合。便非透底之學。蓋此事有一知有半知有全然不知。半知者已爲難得。又要問

何以必通都大邑。何以必俗服了事。丹房如何置器。皿如何樣鼎。如何強弱。選如何合法。換如何度數。如何是火。如何是藥。如何是丹。一有支吾。非其人矣。彼無師授。妄意猜度。多記丹經。騰其口說。冠簪是飾。犬羊之鞞耳。亟宜遠之。

不因師指。此事難知。斯事最重。師友第一。在尋真師。第二在覓良友。真師難遇。古今同嘆。邪師妄人遍地。皆是初學志士。此爲第一件要緊大事也。此處一錯。走入岐途。則終身難見天日矣。道人千萬。盡是旁門。

無有一是經曰真訣必要真仙授世人說者有誰真  
又曰道法三千六百門人人各執一苗根誰知真正  
互微訣不在三千六百門蓋神機秘密上天所寶五  
濁凡流一身罪垢何由得遇遇亦不聞聞亦不信信  
亦不切何爲不信緣淺福薄千般挽阻不令其知太  
上開清靜之門接引後進使之修靜養心解除夙孽  
不婚不宦脫其世網數世之後垢淨孽除志念不差  
始令獲遇真師得聞至訣再能精進不怠德脩性全  
天愛人敬可望行矣行必法財其脩侶地周全護衛

嚴密。然後以清靜心行無爲法。尅日可成。甚易易也。但恐煉心不死。自投地獄。雖有神聖。無如之何。經曰。君子得之固窮。小人得之輕命。謂此也。可不慎哉。世人勤言修道。曰修則是長遠之事。再世之因。當稱曰煉。便是現在世之事。凡我後學立德立功之賢。但願人人成仙。個個作祖。精心切究。我身未有之前。性在何處。命在何處。一太虛耳。造父母媾精。托造化以成形。命斯立矣。性亦寄焉。性者。太虛無垠。一靈炯炯。無中之真有也。命者。先天至精。一氣氤氲。有中之真。

無也。神氣相交。有無互入。性命分。各言其體。性命合。始行其用。性無命不立。命無性不全。始以性而修命。終以命而全性。性命雙修。陰陽合一。五行全。四象脩。奠三才。符二氣。龍虎交。鉛汞配。老嫩分。子午契。火候無差。功成頃刻。易莫易於此矣。雲水天涯。茫茫大地。誰是至人。難辨真偽。托耳於凡庸。罔不背謬。余足跡半天下。聞見多矣。強不知以爲知。虛裝道貌。或曰我是邱祖。第幾派嫡嗣。或曰我得某真人秘傳口訣。誇耀求售。搖唇鼓舌。使耳食之夫。驚喜若狂。深中其毒。

牢不可破。吁可嘆也。難莫難於此矣。

天愛學道之人。唱道真言。謂初立念時。便有神聖窺其心。若志願真切。神聖喜之不勝。仙之求人。甚於人之求仙。信矣。奈世人隨波逐浪。不肯苦志。雖曰學道。無異凡流。利欲薰心。種成惡孽。輪迴六道。去而復來。來而復去。爲男爲女。爲孤貧。爲物類。遇刀兵水火之災。受饑寒疾痛之苦。遭冤獄虎蛇之凶。皆在仙佛悲憫之中。自作自受。天何容心。必欲如是哉。佛言有生皆是苦。至哉言乎。今欲超登彼岸。脫離苦海。有何互



術延生續命令枯骨重榮乎。城郭千年如故不見化。  
鶴歸來。坏土嶙峋。空悲往昔。有志之士。良可悲矣。  
欲界民人。心如亂絲。貪念。忿念。色欲念。貨財念。高已。  
卑人念。妨人利己念。時刻無寧。造就惡孽。生世坎坷。  
輕重受報。神聖悲憐。憫其迷昧。救之不能。勸之不得。  
乃立一歛心之法。使之邀福求嗣。朝山拜廟。結香會。  
爲壇壝。頂禮慈雲。誠敬肫虔。塵念頓息。污染不存。種。  
彼福田矣。昔無一是。今暫不非。雖有惡人。齋戒沐浴。  
亦可以事上帝。其謂是乎。

仙經佛典慈心救世更爲咒語使誦者不解其辭無意義可味無文理可思用以拔其孽識截其知見慾障除而心天現真理出而萬念空驅除祿念洗心之妙法也。

佛云真實稀有。謂真有此秘密難知稀有之事也。又曰若說是事諸天及人皆當驚疑。上陽子曰人之驚疑器識鄙淺云何諸天亦復驚疑。則必有可驚可疑之事者。世人偏不於驚疑二字究心。自信其耳目謂入山是道清靜是修。頑心淺識亦惡知有聖神之奇。

事哉。

草木蘊一年之精。發而爲華。因華乃實。然則地之海潮。女之月信。無以異矣。木無不華之果。女無不血之胎。是血卽人之華也。

果核亦具天地陰陽之象。左大右小。中含一仁。三才之理具矣。芽蘗萌生。根騎兩半。一樹萬千花實。入土而萬千其株。桃則成桃。李則成李。各從其類。各有其氣也。物理卽天地之理。達人觀化。可悟互機。孔子罕言仁。仁之道。大人也者。天地之仁也。合而言之道也。

二人爲仁卽陰陽也。鼎立才萬物皆脩不亦大乎。輪倒退車前趨進退之理。消長之機。有成必毀。有盈必虧。任他奇巧萬變。有能不法天象地外。規矩方圓而製器成能者乎。夫道亦法天象地而已矣。至道在人身。至理存天壤。理充于兩間。道隱于血氣。世人再不於形形色色中求玄妙。單要去虛無寂靜裡覓真玄。豈不聞人在氣中。氣在人中乎。鍾離祖曰。道氣在人身中。不在天地。然不遇真師。何從而得此息。

哉。生明金也。金之色白。始生魄水也。水之色黑。非金水分形之顯驗乎。陽魂陰魄互爲室宅。上弦金牛斤。下弦水半斤。兩弦合其精。乾坤體乃成。大道無言。有說皆糟粕耳。蓋虛無莫測。有何形象之可述哉。惟彼羲皇畫此一畫。並無言說。蓋已剖露天心。太極之端倪見矣。然此特顯諸仁耳。其用尚藏。今之丹經顯用者也。開明性命。指出心天。無爲道之體。有作道之用。明體達用。真青雲之士也。世不多得矣。善言天者必驗於人。善言理者必徵諸事。天道人道。

原是一貫倫紀肇修立功立德斯爲凝受之本不同於泛泛矣。曷觀之金鎖鑰乎。金鎖鑰者金丹之鎖鑰也。乃於金丹發揮只結尾一句於人道則呢呢二干言。又秦元君奉元皇帝君命著坤寧經教女人修仙。凡二十四章。其言金丹只一章。言性天者二章。餘皆言閨惟懿範。痛改前非。讀者不達根本修持。謂其不言道而言事。余曰。千里之行始於足下。此真所以訓道也。天聖至慈。不肯以泛泛待人。深願從此進步。庶幾其成。真正必由之路。世人視爲閑言。夫元皇授命。

豈有閑言哉。覺世之言切。飾偽之心誣。宜乎其不入也。非常之事。必待非常之人。仙者非常之事也。欲求天仙者。當立一千三百善。聖有明訓。舊心不改。寸功未積。是自誣也。世間富貴。非薄福者可承。矧此超跡蒼霄之事。萬神聽命。不有豐功偉行。其何以服鬼神乎。易以天地似。故不違。魏公因之以明丹道。作泰同契。爲萬古丹經之祖。悟真曰。陰符寶字踰三百。道德靈文滿五千。今古上昇無限數。盡從此處達真詮。一貫

相傳再無有不達忝同悟真者。今之道流冥行妄說。捫心自問。能無愧乎。不肯尋師。所謂惜一時之屈。甘罔極之庸。只顧口舌欺人。不念欺心自誤。虛度歲月。甘分老死。上陽子深叱此輩爲教中罪人。敢言修行一事哉。其辭若憾。其實深憐之也。

推類結字。形至粗淺。因文揣事。義極精微。古衛字是首行。今爲首之首。下之順生之象也。仙經聖語言順而不言逆。教人卽順以求逆。究生身之根。成長生之果。生仙是造化。生人亦是造化。聖凡雖殊。造化則一。



易與天地准。故能彌綸天地之道。天地至精。形而爲  
兩。曜而曜。橫則爲朋。豎則爲易。疊則爲丹。丹之爲字。  
日頭月脚中一点爲黍珠。一畫乃得一也。漢以前謂  
之道。漢以下謂之丹。丹之義至深切矣。合乾坤運日  
月採烏兔之真精。成水火之妙用。一闔一闢。往來不  
窮。通乎晝夜。法天象地。藥如是成。丹如是結矣。  
世法象金丹者。凡四。一大士象。左爲龍女。獻珠。右爲  
善財。合掌。女本陰也。而居左。陰中含陽也。男本陽而  
居右。陽中含陰也。此珠在龍女身邊。非善財不可得。

紅孩兒火也。金圈手足禁之也。鞠恭致敬以求珠人  
士居中。真性爲主也。二劉海戲蟾。蟾者海底金蟾  
能吐月。錢者內方外圓。有乾坤之象。非此則海底之  
金必不可得。海蟾仙翁姓劉名操。五代時爲燕相。燕  
王劉守光之叔也。年六十餘。受度於純陽呂祖。今繪  
形如小兒。返老還童也。三方朔偷桃。西王母之桃。  
此桃三千年一開花。朔始也。一元也。桃爲王母之丹。  
不死之藥也。被東方之朔盜去。北坎之金復還南離。  
而成乾矣。四道祖立教。一教分三。一爲道人。岩棲

觀虔清靜之基也。二爲道士有妻室兒女之歡。陰陽之象也。三爲張天師勢而有力。護法之象也。三者離則俗士三人。三者合則金丹大道。

抱朴子曰。覽金丹之道。使人不欲復視方書。誠以九丹金液道之至重。神霄所秘。世無有能知者。又曰。學道者如憂家之貧。如愁位之卑。安有不得哉。今余亦曰。不患不知。患不苦求。不患不行。患不積德。陰陽之士。天眷必深。舍此則求之無門。學人勉之。天機至妙。作用最玄。有牝牡相從之施。有洪濛混沌。

之象有耀眼之金光。有滔天之銀浪。大哉神工。稀世之奇也。師傳入室。寸步有訣。寸步有景。所謂黃庭內景。黃庭外景。是也。庸流淺識。得一後。上前下。按摩之。工服食之法。八段錦。六字氣。便自謂驪珠在握。秘不一示。受人供養。要人禮拜。罪過罪過。然飲食之事。小誤人之罪大。既無承受。將何付與。天不可欺。亟宜改過。

道生天地。其大無垠。道生人物。其數無極。古之神聖。著經說法。以人身一小天地。天地一大宗師。澄其心。

如秋。水空其心。如太虛。效法天地。非效法也。直似之耳。有乾坤之對待。有日月之光明。月有圓缺。海有潮沒。有冬夏二至。有春秋二分。有四時。有八節。有二十四氣。有七十二候。歲周一天。無或舛錯。攢歸片刻之內。納之一息之中。成天下之亶亶。謂非學之至大者乎。

經曰。只要專心效法天。陰符曰。觀天之道。執天之行。盡矣。天之道從何觀。天之行從何執。不言而品物亨。四時成。觀之無門。執之無所。雖有聖智。莫測其處。此

師恩之所以重於罔極也。

道無窮極。無終始。無來去。無跡可窺。無理可測。在形色之中。而不有。居冲淒之表。而不無。造化之主。萬象之君。生天地而天地不知其功。育萬物而萬物不知其德。爲之而不居。功成而絕跡。無得而稱。強名曰道。所謂無始之始。是曰元始。元始之道。是曰元炁。卽先天也。謂其先於天地而有也。易曰先天而天勿違。天且勿違。其大至矣。學道者其求得此先天元始之炁。謂之得一。一得而萬事畢矣。其得一何也。曰極也。陰

極則陽。陽極則陰。清極則濁。濁盡則清。天一之生至清至潔。天命之性純淨無疵。性命分則屬兩家。性命合則成一氣神。從中主氣運兩頭。運在其中矣。賢人知養性之功。至人明造命之道。人之賦形稟性命而生。失性命而死。性命之於人重矣。學性命之學。非學之至乎。一身之尊心爲主。心有真體。非肉團也。真心無心。無生滅。無去來。有生滅去來者。皆孽識耳。聖人教人拔盡識恨。以超生死。教人性命雙修。以成仙佛。謹將諸經之言性命。分而列之。使人易徹德全。

道海津梁

功脩。馴至其極。造化神工無出此矣。

共



康節邵子詩註

濟子註

耳目聰明男子身

耳聰目明。五官周正。較之聾瞶。罪福別矣。天生萬物。余得爲人。且不爲女而爲男。亦云幸矣。英雄志量。湖海胸襟。爲聖賢。爲仙佛。期無負此七尺之軀而矣。

鳴鈞賦與不爲貧。

鳴鈞天也。天賦之命。人稟之性。無少虧欠。天能阨我。貧賤壽夭之命。不能阨我。爲聖爲賢之心。賦畀

之良。萬物皆脩。豈爲貧哉。

因探月窟方知物。

探者探也。月窟卽下文之姤卦。物者卽所謂恍惚中有物之物。方知者言從前不知。茲因得訣歸來。依法採取。乃知此物深藏月窟之中。此物者何物。莊周北溟之魚。老子之有物混成。先天地生是也。重陽祖曰。時至而炁自化。靜極而機自發。靜定極中。至有動處。卽是先天造化。忽有一物。或明或隱。不內不外。此是大藥始萌。纔有朕兆。

未躡天根豈識人

躡取也。天根卽下文之復卦。人者卽查冥中之真精。生天生地。生人生萬物。生仙佛之根也。言從前未遇師傅。不知有此天根。豈能知此躡之之法。又豈能識此生人之妙乎。採月窟而知造化之根源。躡天根而識生人之所以。此一聯從後溯前。是實証之語。

乾遇巽時觀月窟。

乾遇巽。三三姤也。夏至也。其象爲月窟。一陰起於

五陽之下。下弦之象也。觀者以眼觀之。卽陰符經  
觀天之道之觀。此觀字。惟范宜賓陰符解最爲  
透徹。

地逢雷復見天根。

地逢雷三三復也。冬至也。其象爲天根。一陽起於  
五陰之下。上弦之象也。見者以眼見之。所謂天根  
者。天地之根源。五行之宗祖。觀之有時。見之有處。  
藥產神知。機動籟鳴。時哉不可失。此一聯是法則。  
天根月窟閒來往。

天根月窟。竅妙是也。能知此妙。便知此竅。經曰。此竅非凡竅。乾坤共合成。名爲神氣穴。內有坎離精。來往者呼吸也。日往則月來。暑往則寒來。日月相推而明生。寒暑相推而歲成。來往於何時。子午之候也。來往於何處。卯酉之門也。經曰。斗極建四時。八節無不順。斗極實兀然。魁杓自移動。只要兩眼繳。上下交相送。須去靜中行。莫向忙裡送。復姤自茲能運用。金丹誰道不成功。此一句是工夫。

三十六宮都是春。

經云三十六宮翻卦象。千金不與俗人評。骨節三百六十。毛孔八萬三千。無不融和周遍。又曰。養生毛竅。萬孔皆春。精神如浴之方起。酥暢如交媾之甜美。日日與君花下醉。更嫌何處不風流。此一句是效驗。

道藏精華第四集之六  
文山遜叟蕭天石主編

三  
峯  
  
丹  
  
訣

自由出版社印行





# 影刊三峯丹訣例言

蕭 天 石

一、本書爲樸陽子張三峯（非張三丰）真人，傳授男女雙修成道心法之要著；首收金丹節要十六篇，末收採真機要十二篇；與玄微心印一書，在以往同爲千金不易一睹之秘本，而皆以不涉於邪術不涉於淫行爲主則，故切須善體而慎用也。

二、本書原自濟一子傳金銓祖師輯編之證道秘書十七種選出，原本尙有張三丰傳，大丹歌訣，大丹詩訣及無根樹詞等。此係一大錯誤，張三丰全集中，並未收有上述二書，而詳考其全部詩詞歌文及傳授丹訣心法，俱與本書著者之道法截然兩途。三丰真人爲宋末元初時人，幼習儒業，長涉仕途，終入道門而從赤松子遊，大享盛名於明代，天順皇帝曾數勅封誥命者。因世人以字音相同故，致易混淆爲一人，以訛傳訛，久而不察。於焉濟一子亦誤將三峯著作，混編爲三丰書矣。今特刪去，僅存原書二卷。其所錄三丰之文，可參張三丰大道指要。（編印入第五集內）

三、採戰派在道派中屬左道旁門，並非仙學之正宗，直離大道十萬八千里，不可入聖修真。惟質直言之，左道，道也，旁門、門也。在丹道派中既有此派系存在

，且導源甚古，則其經籍，雖不可以爲師法，然在文化上究有其保存以供參閱考查之價值，以免散佚失傳。吾人固不可因噎廢食，讀者切不可誤入歧途，而卽以此爲修持之法門，採戰之術既非易事，工夫不到，戰而不能採，採而不能補；藥未得而精已失，丹未結而身先死；功敗垂成，其愚孰甚，可不慎歟！

四、三峯採戰之說，向爲丹經及正統神仙派所輕鄙。宋張紫陽陳泥丸諸老仙翁並皆斥之。神仙鑑載，劉宋時有張三峯者，號樸陽子，未入道時，曾授人以房中御女方，天帝惡之，終於草島遊仙。何一陽仙姑遊華山，曾見其金丹秘訣，悉備於身，因無天詔，難昇天闕，深慨惜焉。三峯又爲旁門之名，陰道中有三峯採戰之術，起源於漢魏伯陽真人以前。參同契卽有陰道厭九一之辭，九一之謬，卽御女之方，分上中下三峯，採人精氣，託號泥水金丹。三丰真人玄要篇曾力闢其謬，謂有爲者，非採戰提吸之術，九一動搖之法，其金丹論亦云：行御女之術者，是猶披麻救火，飛蛾撲燈。由此更可見其非一人明矣。又神仙鑑載：彭祖稱太清景明三峯真君。而御女之術，實肇始於彭祖，採補房中，屢娶多女，後爲殷王拘繫，欲殺之，中途脫逃，後入華山歸證。世傳有彭祖長壽千金方，卽純言御女術與採補術者。

五、本書可參玄微心印，左道旁門小術輯要讀，尤宜參東派雙修之屬於正統道籍者

如方壺外史，金丹真傳等書併讀，夫雙修之上乘者，男不寬衣，女不解帶；男不動心，女不動意；地隔神交，體隔炁交。而其要則全在於能通能化而已。有事於東派者，切不可誤於下乘小術也。

六、東派雙修之訣，必用鼎器，先開闢竅。鼎器須慎選，闢竅務全開；氣脈要通暢，功候重老到。然後方可及於補氣補血之術，再進而及於補精補髓之術。補之養之，返之還之，使返於童貞體，亦即純乾體，方了築基邊事，至此始可事修仙登真法訣。惟此等氣血雙補、精髓雙補、與返老還童功法，既不輕傳，亦不易修。損人利己，雙修單補法，屬於下乘，即所謂旁門採戰家者是。利己利人，雙修雙補法，屬於上乘，即所謂正統陰陽雙修家者是。青城玉房訣中對鼎器訣有五忌五宜之訣，爐火訣有五戒五用之訣，（並有起火止火、文火武火之訣）採藥訣有五損五益之訣，（並有老嫩火候活子活午之訣）其他如結丹訣，煉己訣，還丹訣，溫養訣，脫胎出神訣，還虛合道訣，其外並附有大易卦爻訣，河圖洛書訣，全係言雙修雙採，雙用雙補，雙養雙益，雙溫變化之活法活訣，確不失爲東派之正統大道。他日有緣再得原籍，當予刊出。

七、古真詩謂：忽然半夜一聲雷，萬戶千門次第開，若識無中含有象，許君親見伏羲來。修丹之事、本以修虛無大道爲最上一乘道法，過來人自識無中含有象，

象中自有化，化中自有神，惟下手不易。故返從自身有中起修，由有反修至無，再自無而生有。次之始自男女雙修法下手，再次方及於房中採補法，藉彼以補我，因彼命以續我命。青城派祖師，則認古仙所言採補之道，非房中採陰補陽之道，而係採天地之氣，以補我之氣，採天地之精，以補我之精，採天地之神，以補我之神。因天地之化，以造我之化，因天地之命，以續我之命。天地之氣不息，則我之氣亦不息矣，天地之化不止，則我之化亦不止矣；天地之命不壞，則我之命亦不壞矣。因天地之生生不已，以成我之生生不已；則天地之命常新，而我之命亦常新矣，其視房術家，相去又何止霄壤哉！河海不棄細流；道門中，東西南北，門門可入。大道大成，小道小成；大術大益，小術小益。求所以杜其害，收其善可也。故仍刊印以供世鑑焉！

八、書卷末附刊赤水吟一卷，濟一子傅金銓著，全書真機畢露，玄秘盡洩。傳爲東派一代大師，於此可得略窺其究竟於一二也。

中華民國第一庚子七月之望太乙山人於大雪山白雲居

道藏精華第四集之六  
文山遜叟蕭天石主編

# 金丹節要

自由出版社印行



# 金丹節要序

夫道演三乘。由一乘而漸入。仙分五等。離萬物而乃成。始築基而鍊已。終得藥以抽添。雖未得結乎仙胎。亦可延年而住世。是道也。其來久矣。必假修爲兩端。庶幾或有得焉。其如坐脫立亡。投胎奪舍。欲躋是道之妙。猶霄壤之懸隔。誠不可同言而語矣。况茲立天大道。實出萬象之先。經天緯地。肇啟一元之後。故人能寶此道者。以誠而入。以默而守。以柔而用。以勤而行。可以回生起死。復鴻濛未判之先。入聖超凡。奪日

月重光之秀。吁。耀古騰今。隱顯莫測。無物不有。無時不然。夫道也者。不可須臾離也。可離非道也。昔我軒轅聖祖。鑄九鼎而昇天。

東華帝君。鍊三華而成道。雖然。派分南北。教闡東西。飛昇數過萬人。拔宅者八百餘家。異形換軀者。莫記其名。脫胎屍解者。難盡數。此皆正法而了脫。非由邪徑以登真。若無師匠之傳。曷致形神之妙。予考諸丹經。惟茲金丹之道。天仙之術。天上人間。爲最後世罕聞。學者果能心會。於玄微是宿有靈根。道骨其來有。



自矣。但有得同類而易成者。又有乏丹財而不成者。修丹之士可不憤乎。今幸而得明師指傳。速當下手。須假精誠以力進。宜積德行以雙修。自卑至高。由顯至著。漸加勇益。指日成功。遂堅有限之色身。固無窮之法。体猗歟美哉。是道也。人人本有。箇箇圓成。若今時。捉住陰陽。則他日易壽。天地茲因。道契禮交。而來學。既竭懇心。不爲枉教。故陳俚語。以示同門。及述正道。玄機撮成七篇之書。名曰金丹節要。次第分題。悉悉脩于後。學者熟讀玩味。究索玄理。一旦豁然。自有

三才丹訣

金丹節要

二

覺耳。於是理明。心化。情肖。神融。一得永得。仙道成矣。  
倘或一息不謹。則萬境俱差。強欲証道。成仙難矣。必  
謹始慎。終方能必得。

金丹節要目錄計十六篇

踵息鍊氣篇

選擇四器

積氣開關篇

試鼎真否

玉液鍊已篇

鍊已築基

擇財助道

積氣開關

擇地立基

玉液接命

擇侶同修

金水鑄劍

築立丹臺

金液大還丹

抱元養虛篇

周天定時

踵息鍊氣篇

大哉先天一炁兮。中立玄牝。是謂橐籥。始於無極。至哉後天兩儀兮。七八生門。加倍無路。終於有情。天人一致。人仙兩途。歲月如流。光陰若霎。冥陽永隔。嗚呼。旁蹊易入。正道難臻。人道不修。仙道遠矣。真常有得。要自功夫。其爲妙用。行乎晝夜之間。少食寬衣。坐于靜室之內。手握心印。足踵地戶。舌柱上腭。唇齒相關。調踵息而綿綿。合入合出。定身心而默默。內靜外澄。一念規中。萬緣放下。四門外閉。兩目內睹。想見黍美。

之珠。權作黃庭之主。方存性日在泥丸。仍安命月於丹府。似有如無。神凝氣結。如是良久。懃息天然。徐徐咽下真氣。緩緩納入丹田。冲起命元。領督脉過尾閭。而上升泥丸。追動性元。引任脉注明堂。而降下丹府。三元上下。旋轉如輪。後升前降。絡繹不絕。心如澄水。身似冰壺。谷道輕提。踵息緩運。倘或氣急。徐徐咽之。若乃神昏。勤加注想。又以一念所息。從一增至百千。以符合周天。方爲妙用。修真之士。先習斯功。若不能踵息。此機皆是妄作。此爲修行第一件之難事也。

積氣開關第二

其端作用亦如前功以兩手插金。鉤用一念歸王府。全神凝氣動俾靜。忘先存其氣自左湧泉穴起於膝脛徐徐上升三關約至泥丸輕輕降下元海。次從右湧泉穴俾從右升降作用與左皆同左右各運四回。兩穴雙升一次共成九轉方爲一功。但運谷道輕提踵息緩運每次須加九次九九八十一次爲終其氣自然周流其閉自然通徹倘若未通後加武訣逐次搬行先行獅子倒坐之功於中睜睛三吸始過下關。

後乃飛金精於肘後掇肩連聳自升泥丸大河車轉  
次撼崑崙擦腹搓腰八十一研手摩面二十四拍頂  
轉睛三八止集神叩齒四六通凡行此功皆縮谷閉  
息每行功訖俱要嗽咽三分方起搖身左右各行九  
紐此爲動法可配靜功互爲運行周如復始如此無  
間由是成功上士三晝夜而開通中士二七以透徹  
下士月餘開亦通功夫怠惰百日方開若骨痛少緩  
其功倘睛熱多加呵轉一心不惰諸疾無侵其時泥  
丸風生而腎氣上升少刻鵲橋瑞香而甘露下降修

丹之士外此卽誣。若非這樣開道。豈能那搬升降而鍊已配合也哉。

玉液鍊已篇第三

玉液還丹更妙。玄全憑金液鍊。凡鉛又回鑄。劍成栽接。羸得長春壽萬年。其法先擇寶鼎三五座。各重十六七兩者。二七兩者尤佳。須令質光瑩。有花堪用。無種不宜。同居靜室。幃中不拘晝夜時候。兩体對座。二景現。形先敲竹而提。苑次鼓琴以和音。各演三次。方合一情。就起殺機。勿容縱意。欸欸驅龍入洞。輕輕掣。



劍歸中額進一寸息存三五。卽時提谷脇腰聳肩縮項。默默存想。兩腎中間有赤白二氣徐徐上升太虛空中。化作烏輪一團。光燦玄牝。閉兌內守。夫中黃朗照。天門穹目上視乎玄谷。人我兩忘。情景俱滅。逡巡甘露乃送丹田。是則寂然不動。感而遂通。此則体交而神不交也。龍虎交加。卽安炉立鼎。調和鼎醕。亦爲凝理陰陽。如此兩弦交併。動靜四功共爲一周天火候。次第勤行。周如復始。善使三關純熟。二氣和合。此神交而体不交也。舉動橐籥往來意內。頻搥慢鼓。巽

風上下隨意升降進而徐呼退而猛吸先撮四九且止就定仍行四六內協輕提就可咽氣一泓仍要括腹二八如此共行三度各用六次爲一周或乃順而行之或乃顛倒之妙每次鍊畢仍行靜功或後三元上下九轉恐氣未得上升加以武機三訣臨爐交鍊晝夜四功靜運動機常行尤妙臨期潮候月出庚方可以撮動凡鉛成就不終一刻但得三五度凡鉛可延壽二三百歲行功之際別有妙用常飲仙家酒休折臨落花間撫沒弦琴慢吹無孔笛如是功夫至玄至

妙。但行緊急。有損無益。金丹大道。金在形交。玉液立機。別無妙術。故曰採藥容易。鍊已最難。務令性靈神融。心灰意定。功成百日。妙奪周天。還丹之道。無出於茲。栽接之功。不過如是。但勇猛易就。怠惰難成。誠爲玉液鍊已之樞。真乃金水鑄劍之要。

### 擇財助道

必須善財。預儲完足。不令缺乏。若係孽財。必代受孽報。審慎擇之。

### 擇地立基

必居市壩。依有勢有力之家。有勢無力。則浩大之費。無從取給。有力無勢。則外患多端。無由彈壓。或就鄉居。土宜紅黃。上無古墓。中有甘泉。傍有善隣。不近牛牛池糞窖。山川清淑。斯爲福地。否則恐不克諧於事。此地之所以必擇也。

擇侶同修

必擇同心之侶。爲生死之交。秉性純和。忠孝友悌。扶持丹室。勤勞不倦。朝夕防危。恐臨炉有失。一得丹時。如醉如痴。全在侶伴黃婆。小心調護。否則生殺之機。

頃刻矣

### 築立丹臺

所謂入室室者修真之丹房也。室共三層前一大廳。廳前做地。左右門房。第二層中堂正室。左右廂各三間。左厨右庫。正中積財以脩用。厨中供監齋天將牌位。正中三間供祖師五祖七真。十六天將神位。供棹上淨水。香燭花瓶。排列古器。自鳴鐘。將時對准。並經書全集。早晚恭拜。正中左右爲行法護衛之居。中間隔斷。與留一孔。方尺許。以進飲食。後堂三間。左右

廟各三間。正中三間東青龍房。西白虎房。正中供祖師牌位。子午正向。左丹室。右神室。牕明几。淨四圍高墻。勿令人窺探。欄檻清幽。栽花卉。養鶴鹿。爲靜女散心之地。

選擇開器

出者真龍真虎也。先擇眉清目秀俊虎。必得唇紅齒白。開有三等。下等者五五三八三七之數。雖屬後天。可以習煉火工。滋培弱龍。添油撥燈。富國安民之用。中等者五四二九二八也。陰陽未合。首經已過。未經

產育河車未破。可用爲接命留形長生住世以成人。仙上等者。七七藥材。鴻濛未判。合天上庚月而開。七曰謂之真白虎。若有二八乾龍真精未漏。此真青龍。鼎雖三等選用。則一須要四體無虧。五官周正。素性溫和。敬禮天地神祇。不嫉不妒。爲上犯正病十忌者。俱不可用。

### 試鼎真否

鼎有三等。一金鼎。二火鼎。三水鼎也。何謂金鼎。七七之兌金也。至五千四十八日。合十四歲。釋氏呼爲一

藏此時天癸將降。黃道時開。首經卽真金。乃無價之寶。真經歌曰。真經原來無一字。能度衆生上大羅。敲爻歌曰。七七白虎。八八青龍。者此之謂也。乾鼎托有德道侶。朝夕訓孝。全其正道。而無邪念。坤鼎付信道黃婆掌之。此內外兩弦大藥。非同小可。採之煉之。不半個時辰。立証天仙。何以謂之火鼎。二九二八。俊虎也。擇三五合志之侶。時時作用。倘得藥三兩次。延壽數百歲。接至九鼎。長生住世。爲人中仙。又何以謂之水鼎。三七四六五五三九上下。曾經青龍戲水。尙未



產育河車已破之少陰也。爲補炁築基金水鑄劍之用。切不可五病十忌用之反傷。

五病者。羅紋鼓交。脉羅者。陰有橫骨。不便採樂紋者。體氣癸水腥膻鼓者。室女無陰。經自不來。交者。聲雄皮粗。面黑髮黃。性燥心毒。氣血不清。脉者。多瘡。月信不對。

乾闥亦有五病生。逮互半瀆生者。元身細小。外腎不舉。逮者。性急心粗。暴惡驕狂。互者。知識太早。真精已漏。半者。非男非女。俗名陽人。瀆者。髮黃睛露。體氣多

瘡時有疾病。行多詐僞。

擇鼎須眉清目秀。秉性純和。又要與本命年月日時相合。不相刑冲穿破者。書曰。申上逮年元當用巳亥交處。必尋寅。又坤鼎外象美惡。人皆可見。至於內藥好。何以知之。法用赤金一錢。打成金錢一個。又以紋銀打成錢一個。二錢共合一處。以絲線穿之。放鼎口內。與之同宿一宵。次早取看。金錢赤。銀錢紅者。爲上。如金錢紅。銀錢赤亮者。次之。亦可用。有花有種。有藥有火。上鼎也。若金錢淡紅。銀錢黑色者。爲下。下無。

花無種。採藥無火。下鼎也不可以。至於火鼎比金鼎。大法不同。將白礬水浸白綿紙。浸而晒干。用錢大一放。放我臍上。以舌探舌動。其情與令鼎坐我臍上。如騎馬相似。少刻去。鼎看紙或紙潮濕有水者。乃破鼎也。又一法。以木桶盛淨灰。滿令彼坐於桶上。一時去。鼎看灰面有窩。亦破鼎也。不必用水。鼎景象更又不。同問彼前月何日何時。鉅行日月時可相合否。令黃婆取看其色。或紫或黑或先期或後期。不等皆有病。不可用。日月時對鮮紅者佳。

鍊已築基

仙人道士非有神。積精累氣以成真。積精積氣。自已之精。累氣累彼家之氣。道爲體。術爲用。兼而修之。人能效天地之升降。化心化物。虛虛空空。自然情來歸性。所謂身中自有真陰陽。真夫婦。卽造端乎夫婦也。若不先築基煉已。豈可入室。收得藥之效哉。要從性宗。參入。始得真。如採藥如反掌耳。

積氣開關

人身有三關九竅。三關者。尾閭。夾脊。玉枕也。真氣積。

久關竅自開。然亦平日習煉功多。河車運轉後升前降。收盡一身陰濁。所謂三關九竅一齊開者。此也。

### 玉液接命

先天爲丹飛昇。藥後天爲藥接命。丹月旺過兮臨月晦。上下兩弦君須記。十五之後還十五。五十八兮六十二。屈指數合一百二。剛二十二零半日。此是火候真消息。全托黃婆仔細推。一十五時金氣旺。水源生到二分餘。白絹探其色與氣。色同清水登其時。月抱肩兮日抱背。彼呼我吸守真如。對境忘情銘煉汞。鵲

橋泰封會佳期。此際有事若無事。一寸三分莫多爲。  
令彼微動二五次。非色非空常靜矣。虎眼圓睜噴玉蕊。  
龍頭直豎飲刀圭。初用四寸香爲記。二次香添一寸許。  
三次四次又添寸。金花卸盡請開伊。劍鋒如火藥過我。  
連上黃庭宮裡居。若要金回配氣血。登天九九不須遲。  
火盛再記一百五。如法行之火卽弛。到此名爲進水法。  
水火既濟立丹基。三百時共二十五。此是神仙接命術。  
字字句句皆心法。千金豈可洩天機。

金水鏞劍

彼以金水同宮。我以木火爲侶。虎向水生。龍從火出。有無形之劍。隱然身伴。斬妖精。有有形之劍。獻出青龍。惹妙銘。習煉精。勤不動。不蕩。始可臨。炉對境。蓋煨。炉鑄劍。乃採取大作用。凜之慎之。

### 金液大還丹

丹室既完。鼎器金條。中堂供奉。

諸真雷神官。將於經罷符至三日庚方。乾坤二鼎。兩手勾肩。乾上坤下。男不寬衣。女不解帶。黃婆調合。鼓琴敲竹。喚鳳招龜。天地否泰。坤鼎以火。常探乾金。

火候。舌如水。藥將至。寒如火。藥將通。卽行採法。細看眉中。太白經天。此時白虎必壓下些。癸水癸盡。壬真。觀其珠結。光透簾帷。壬水魚鱗。禎祥片片。去虎下衣。修真主人。亦去下衣。彼坐二足。月牙椅上。地天泰卦。用索籥。謹閉三寶。內觀其心。心無其心。外觀其形。形無其形。惟見於空。若不空。又恐著象。防危慮險。不可毫髮放縱。待其真水已到二分。我卽以內腎近便處。運一点真汞。迎銑採於不動之中也。却分使一意神。從太玄關。發起火符。從尾閭上泥丸。度過金橋。入黃



庭一心內照。如鷄抱卵。如龍養珠。不可須臾離也。一  
得藥後。修真主人拜謝。  
師真重酬聖母。飲蟠桃酒數口。火即清矣。如醉如痴。  
七日混沌。金賴黃婆。侶伴合力扶持。做到此處。便是  
清仙仙客。但一炷初回。聖胎始結。驚之易散。觸之易  
斷。更加小心。珍之慎之。

### 周天定時

時者。非年月日中之時。乃先天活子時也。修真之士。  
若求還丹。必定其時。須擇鼎器。或三五六七者。自他

所生之時算起。每一日十二時。每一月要三十日。每  
一年要十二月。又將閏月之數。作算不除。以十二歲  
初年屬子。二年丑。三年寅。四年卯。五年辰。六年巳。七  
年午。八年未。九年申。十年酉。十一年戌。十二年亥。此  
爲年中周天也。調月周天。將十三歲第一個月爲子。  
至十二個月爲亥。此月中周天也。又言日中周天。却  
將十四歲初一起。每兩日午三十時。當一月。記三十  
日。摠共三百六十時。爲十二月。此日中周天也。再說  
時中周天。就丑年五月初一日子時起。初三日巳時

止共三十時。此爲時中周天也。所云三日月出庚者。此之謂也。雖然。是三日月出庚。又未得其真傳。以初三日爲採藥之時。不知真龍配合也。若至初三日藥過時而生質矣。譬如三十日爲晦。初一日爲朔。天上日月二精。每於晦朔兩氣相射。則太陰感陽光而有孕。如初二日月與日同出。同沒。至初三日日落。月現一痕。蛾媚於庚。方庚乃兌金。卽乾金也。已歸西南坤兌少陰之家矣。要求大藥。必於活三十日夜活亥時後二候。活得一日活子時前四候。共六候之內得藥。

三才圖會

金丹簡要

五

得丹也。前四候之初。驗鼎唇紫。面赤。肩間光潤。癸盡。  
壬真。乃藥生之時。經曰。細審五分。剛到二魚鱗片片。  
起禎祥。

道藏精華第四集之六  
文山遜叟蕭天石主編

# 採真機要

自由出版社印行



採真機要

築基

牢固陰精是築基。築基惟在守其雌。守雌不動牢堅固。牢固陰精是築基。築基者貴乎守雌而不雄。苟能守雌。謂之牢固陰精。則基指日而築成矣。噫。知這麼。風生帆。碧落瓶。正水還盈。

採藥

基址堅牢可學仙。學仙須是覓真鉛。真鉛採得牢基址。基址堅牢可學仙。基址者。丹田也。真汞不耗可

求真鉛。採得真鉛。方可希仙。先須築基。而後採藥。  
藥不自來。專藉有力。咄。莫空說。有酒堪邀客。無錢  
忘作商。

知時

生藥時辰。要得知。得方。可配東西。東西未配。難生  
藥。生藥時辰。要得知。生藥者。生鉛也。藥生有時。能  
知真時。方有真藥。拙彼之銳。添我之永。東西配合。  
自然成丹。不爾。則有偏陰偏陽之患。咄。俟候着。月  
出。金花現。潮來。水勢漫。



鼓琴

敲竹相通始鼓琴。鼓琴敲竹惹清音。清音未至當敲竹。敲竹相通始鼓琴。敲竹者。虛我之心。鼓琴者。惹彼之物。以我惹彼。彼物之來。清音自曉。咄曉得麼。弦寬休發矢。風動可行舟。

臨敵

戰爭須要讓他克。他克我自莫英雄。英雄不戒爭相戰。戰爭須要讓他克。爭戰者。臨陣也。勸君臨陣休輕敵。此言交構之時。由他自動。我却不動。我若一

動喪却無價之珍矣。咄休放肆。欺人是欺。已輸已  
是輸人。

顛倒

顛倒行持得倒。顛倒兩物始完全。完全還藉行顛  
倒。顛倒行持得倒。顛倒者地天也。顛倒者逆行  
也。常道者順行也。仙道逆行。順行火坑。逆行金仙。  
倒倒顛顛始得完全。頃要識此。由他居我上。西纔  
到東來。

至誠

希聖真鉛要至誠。至誠須用永相迎。相迎不轉徒希聖。希聖真鉛要至誠。希聖者心所望也。真鉛者先天真一之炁。欲此先天真一之炁過我身來。須將一心純篤。謹密至誠。尤必於自己近便處。運一點真汞以迎之。又要個恰好。嗚。小心些。龍休尋白虎。虎自覓青龍。

### 河車

擒住陽精號得鉛。得鉛之後即登天。登天九九能擒住。擒住陽精號得鉛。擒住者不再走失也。陽精先

天真一之炁水中金也得此便是得鉛行後上前  
下之功昇於泥丸謂之登天九九運轉金丹自成  
頃須秘訣登天必起車夫水方昇

信門

頭上明明有信門。顙門。信至好從心。從心水火龍頭  
上。頭上明明有信門。頂上信門。卽信門也。龍者我  
也。信者候也。潮最有信。赤水之珠必運此門而降  
映到這裡。鼻中流玉柱。頭上頂金珠。

順逆

天地將來作地。天地天方始得神仙。神仙壽永齊天。  
地。天地將來作地。天。天地曰否。地。天曰泰。否順而  
泰逆也。順生凡。逆成聖。若不地。天怎得成仙。既得  
神仙。與天齊年。咄。當面見此理。昭天壤。古今少人  
講。

採真機要

牢臥陰精莫外遊  
幽明不睡常存守  
氣血週流方是美

巍然靜坐十旬休  
心腎相交得自由  
形神俱妙始爲優

玉枕泥丸空寄信

夾脊雙關泉早流

切須要學停其息

正要先將忍便求

若此把基來築起

待其時至配雌雄

註曰

此言築基待時知道麼風生帆必落瓶正水

還盈我能牢固陰精乃是一身之寶隱居靜室當爲

百日之功但令莫睡於幽明不自知交於心腎水升

火降先須提拔空寄信預先扳早吸泉閉息在先忍

便在後會出神猶未爲妙能脫體也不爲奇了得詩

中事業而不失真汞八兩之妙方宜下手採鉛而得

藥物共是一觔之數。清酒既留於我舍。白醪獨酌於西池。正是有酒堪邀客。無錢怎作商。既知斤兩足。當候時至來。我能謹守真。永而不失。爲之築基。貴乎守雌。而不雄也。希仙者。不獨留真。永尤必覓真鉛。未能採真鉛。先須築基。成而後採鉛。而得鉛。學仙之事。只此而已。

笛無孔竅。不須橫。

就便吹得氣自通。

直使個中一二物。

泥丸頂上自生風。

註曰 虎吹笛用女好好對坐。以下俱用好友。笛不

吹氣不入氣不入路不通路不通丹不行自家吹不  
得故令彼吹使氣路通而丹行矣方可煉之覺顙門  
風生泥丸氣透此吹笛之驗

附吹笛歌

一三二五與三七

四九行來五十

六十三兮七十五

八十一兮九九七

第十又反至七

真機詩共十七首

貼胸交股動渠心

輔翼勾肩真趣臨



此是鼓琴真妙訣

不須徽指發清音

註曰 龍鼓虎琴貼胸交股惹他心情輔翼勾肩樂  
他真趣心情發則清音至興趣樂則妙理來所謂無  
弦琴到底清音來自中但得琴中趣何勞弦上音敲  
竹以舞我之物鼓琴以惹彼之物既舞我物又惹彼  
物清音自然發動故曰清音未至當敲竹敲竹相逼  
好鼓琴此不是要弦寬休放箭風動可行舟

其二

龍先擒虎虎擒龍

龍虎交加真趣濃

却用口傳心授法。

口傳心授要勤功。

註曰 龍虎交加。龍上虎下。乃安炉立鼎法。象他以兩翼而擒我。我以兩翼以擒他。正兩七聚輔翼火也。這又非上章可比。口訣還在下章。

其三

口訣還須口口傳

又因口訣路通玄

能知火發。汞光透。

獻出青龍。惹妙鉤。

註曰 龍虎傳授人之一身。以心為主。小腸與舌。而主心。故以舌。舌則心火盛。心火盛則小腸盛。小腸

盛則知先天真鉛將至真鉛一至則口傳心授之妙  
訣驗矣。

其四

獻出青龍惹黑龜

光華閃灼透簾幃

若非獻出青龍首

怎得天門發地雷

註曰火龍擒虎天門西北也地雷復卦也一陽生於  
西北便宜獻出青龍引惹黑龜所謂一陽初動中宵  
漏永溫溫鉛鼎光透簾幃也

其五

獻龍擒虎機相連

此際須當地作天

欲得玄中顛倒妙

真機乃向舌頭邊

註曰

地虎天龍顛倒起來獻龍擒虎皆牽惹之方

顛倒倒顛乃希求之意欲希真火龍頭上仍覓真機

虎舌邊還從口訣討清音地上於天試舌心變火作

水宜下手龍居虎穴虎尋龍虎動龍迎舌如火則漸

動如水則陽生此虎穴之功其重如此

其六

龍居虎穴性情同

此際須當下死工

顛倒作爲令彼動

須與一滴到吾東

註曰

龍居虎穴是上龍下虎龍入虎門虎爲龍賓

世之所同龍爲虎賓道之所向但得死心塌地由他  
活子過天若非這樣工夫怎得那般造化

其七

彼既情濃我不知

空空透露候其時

低頭閉目真鉛至

修地飛來似火馳

註曰

龍問虎信他快樂我不知我問他他方說若

低頭閉目我直吸鼻通玄這樣工夫誰知誰識此種

效念如火如珠

其八

西方白虎接青龍

孰料東方路已通

一吸無令歸白虎

看來只此是奇功

註曰

虎躍龍潭又倒顛虎接青龍龍反接虎先將

脊後通其路更經鼻中吸取那鉛有如火珠而來便  
用登天之筏未蒙師指安敢胡爲既得真傳無不效  
驗

其九

東方既到即登板。  
果使一時功足脩。

若不登板便出閤。  
自然轉過尾閭關。

註曰 虎至龍即以兩足朝天。用兩手又抱雙膝灣。  
用力登板。這段詳於龍錦。至此而又發明者。見前言。  
皆煉已事。其實却在此。何得一身週轉而至吞服之。  
妙也。

### 其士

實實認為男女是。

真真喚作坎離非。

雖陰女體男兒體。

男本陽身女子身。

莫怪客人乾作主。

須教自己暫爲賓。

天雖在上翻爲地。

坤本居卑反作乾。

彼此兩般宜樂慕。

陰陽二物莫留情。

逍遙靜處當勤勵。

雅潔室中要至誠。

入戶也知宜欵曲。

進門須是要流連。

此時此際無危險。

好得陰陽二物全。

註曰

此正下手工夫。成事必在男女。設言故爲坎

離。我本爲陽。內本至陰之地。他本陰物。中藏至妙之

真。把我身爲女身。假女體爲男體。工夫只在顛倒自



在守精休息。情優遊入穴。要虔誠出去。且容緩緩入。回來千萬莫遲延。

其十一

詳問安排也不難。  
一身臥地一心想。  
丹路行通休使塞。  
登天九九而無怠。  
轉過灣來路更長。  
譬如忍便方纔好。

工夫只在片時間。  
兩膝齊胸而手扳。  
河車運轉莫令閒。  
這件東西轉過閑。  
疾忙端坐要身強。  
手叉叉腰法最良。

鼻吸氣爲通夾脊

唇包齒乃拔陰陽

若非遍體咸施力

怎得珍饈入口嘗

註曰

此言下手時安排得鉛施爲必須心想一身

臥地手扳兩膝好搥胸登天九九能擒住擒住陽精

號得鉛我先笑他他後笑我路通丹藥休襍他念車

運河泉勢挺然挺然提拔要速連咦登天天必起車

水水方圓已知東西轉了灣疾忙端坐更要威儀認

其便又其腰莫容往下欲通夾脊鼻中通要拔陰陽

唇上拔藥斯到口挺然欵欵輕提得此臨候拍掌可

呵大筭

其十二

鉛到東來起不知。  
馳歸我體他先去。  
施設有丹真做作。  
提扳先要知西到。  
輕輕九五三三拔。  
先透尾閭經夾脊。  
果然運上泥丸頂。

知鉛入似火珠馳。  
去了他身我疾施。  
作爲無物假扳提。  
到此東來忙扳膝。  
重重九九三三提。  
次臨玉枕至泥丸。  
怎得重樓降下來。

三丰丹訣

七

喉邊吸涕頻催墜

鼻內栽葱暫引開

頃刻無爲方到口

須臾不動自臨腮

滴溜咽下丹田裡

十月栽培結聖胎

註曰

邂逅之時便行搥胸之法登天之後疾爲蟠

膝之功輕輕九九拔於前重重三三提向後噫升騰

誰得見冷煖自家知易行水面難過山頭頭上有顚

門採得彼之信必運到此門而後降於重樓故曰泥

丸既到未爲神舍之歡重樓既住方是仙家之喜欲

下丹田必自泥丸降下若行丹府自然孔竅中行那

時鼻中流玉柱頭上頂金珠催來吸涕於喉間引墜  
栽葱於鼻內看看腦角漸漸生歡臨期到口切體爲  
將次近腮身莫動前頭採取工夫只用一時後面進  
退火符却加十月

其十三

三虎朝龍澆灌功

常將二虎作屯蒙

屯蒙二卦行朝暮

一虎須防月月紅

註曰三虎朝龍一虎有月信者二虎是屯蒙未來天  
癸元陽者此卽鼎分三足朝用這個暮用那個月癸

三丰丹訣

採真機要

三

花開。又用那個也。始於屯蒙。終於既未。十月火足。六百卦終。

其十四

月月紅開。月月金。

今當昨日預擒金。

金花已謝。何如玉。

玉蕊初生。是真經。

註曰。時至採取。是澆培。生藥時辰。要得知。得知方可。配東西。或者不知。則有癸生之患。伺候潮動。金花現。潮來水勢漫。莫扳已謝之金花。須採初生之玉蕊。甘如泉。疑如膏。看經至。恍如明月光。圓見月圓。儼似人。

經將至此須無影無形。却又有知有覺。

其十五

始知我命我能擒。  
自後仍吹無孔笛。  
琴弦急急藏於腹。  
世上萬般都不要。

及有澆培更覓尋。  
從今別鼓沒弦琴。  
戰戰兢兢守其心。  
思量只此是黃金。

註曰 非謂一得便如此而已。得一之後再以永種  
於鉛池之中。上以再漏再滴而覆之下。以再文再武  
而搬之。每月如此。故曰澆培。十月休離鼎。可見養丹

之法。須用此等機謀。就吹無孔笛。非差。就鼓沒弦琴。不謬。因風吹火。順水推船。必須藏於腹裡。日孜孜守。在心中時戰戰。

其十六

澆灌從來六百篇。  
澆灌從來六百篇。  
子進陽火行顛倒。  
午退陰符亦倒顛。  
纔着地便風生火。  
似騰吾後降吾前。  
如斯十月工夫足。  
面壁巍巍坐九年。  
註曰 澆灌者。溫養十月。澆灌嬰兒之謂。六百篇者。



一日所用屯蒙二卦作用十月有三百日。故終六百卦之數。須子進午退。然火生在寅。庫在戌。豈獨按子午二時朝暮之間俱用陰陽。不離顛倒。惟活子午。如西文火武火。溫溫細微。不敢妄註。必候師傳。噫。世人多謗我。我笑世人癡。

此十二龍虎交媾之法也。先令女好吹笛。入氣玄路。通方貼胸交股。輔翼勾肩。惹他情急興濃。彼此順擒。用舌舐舌。攪動他心火。欲熾小腸。趣生滿面紅光。纔獻珠惹之。又惹。果一陽發動。真鉛將至。翻下爲上用。

舌舐舌心以龍探虎穴果虎舌如冰龍頭似火卽令  
彼動我却莫動我動便戰他不勝故先師曰爭戰須  
知讓彼齒彼齒我自莫英雄并註曰咄休放肆欺人  
是欺已輸已是輸人果彼興不能忍動至極處活子  
時一至低頭閉目甘露滿口以舌接入我口我以鼻  
吸使脊後路通又鼻在吸鉛如火珠馳來炉內物煖  
龍頭火熾卽以雙足朝天用兩手又抱兩膝灣用力  
登上又用力扳下齊於胸先輕些後重些令他離身  
擒住真鉛飛過尾間疾忙端坐忍着便又着腰吸着

鼻包着唇輕提八十一重搬八十一雙開玉枕皆過  
泥丸已到忙用鼻中栽葱喉邊吸涕看腦覺生津到  
口用意吞下二物相投齊至中樞則靜坐升降納精  
燕氣庶神氣混合矣

其十七

此希望改希聖

希聖真鉛要至誠

至誠猶自永相迎

相迎不湊徒希聖

希聖真鉛要至誠

註曰 先天真鉛過我身來實由至誠所得既以至  
誠猶必於自己近便處運一點真汞以迎之迎時却

又要恰好。若不恰好。枉已希聖。咄。小心些。龍休求白虎。虎自覓青龍。修真之士。先當靜坐調息。運氣固精。使氣血週流。身心寧靜。故百日在靜室中。將停息。忍便登。振升降等項。演試純熟。使關竅開。通臨時。方不手忙脚亂。未採五千四八。先採三十時辰。借以煉心。煉性。煉精。氣。煉神。劍。補水。補火。補津液。補氣血。學升學降。學搬提。學吞送。俱無不可。按期對景。敲竹鼓琴。彼此和合。地天交泰。白虎尾一動。一閃。青龍頭連豎。直豎。月窟一闔。一闔。天根必一桃。一桃。天根因月窟。

之連闔而連挑。連挑則尾則亦將因一挑一挑而一  
夾一夾矣。尾間一夾一夾。精海未有不動。陰水未有不  
流。幾幾乎醮着些兒麻上來也。似此急水灘頭。切  
要咬牙切齒。掩耳閉目。闔口吸鼻。忽便停息。上下門  
戶緊閉。摩虎股。挹虎乳。吮虎舌。抱虎腰。豎虎膝。夾龍  
闔。進龍火。用龍意。專龍心。催虎鉛。讓虎動。任虎閃。令  
虎洩。虎壯而性濃。情極。金自上浮。見虎緊抱龍腰。而  
頭低目閉。水已下降。虎舌冷如冰。甘露湧如泉。令勿  
燕下。連以口接虎舌。熱如火。炉內沸水湯。使離龍體。

急退。劍。回。豎。脚。抱。膝。灣。登。天。九。九。鼻。吸。舌。舐。肩。聳。氣。回。運。意。注。於。玄。關。心。存。於。藥。物。頭。直。豎。背。直。撐。登。過。星。間。端。坐。又。腰。吸。鼻。一。下。藥。上。一。層。要。似。縮。鼻。打。孔。又。兼。背。作。陀。形。自。必。透。過。三。關。方。用。頭。一。搗。唇。一。拔。而。過。玉。枕。頭。低。唇。還。拔。鼻。內。又。栽。葱。自。到。泥。丸。頂。一。縮。鼻。着。力。往。下。一。吼。又。如。喉。中。吸。涕。使。自。上。腭。而。臨。腮。邊。運。得。此。一。点。真。汞。誠。心。靜。意。無。爲。送。下。重。樓。與。先。吞。之。金。液。會。合。當。至。中。極。仍。靜。坐。升。降。納。氣。咽。津。使。神。氣。混。合。自。煉。已。以。至。燒。培。皆。不。外。此。法。惟。沐。浴。

退苻火暫停。行溫養神功。又加細微。有緣得遇此書。  
廣修陰德。至道不難矣。

採真機要終

採真機要詩以跋之

十二金釵善品簫。無錢難買此嬌嬌。堪憐學道  
修真侶。空向深山坐寂寥。

不道三峯採戰乖。真真假假費疑猜。誰知假內  
藏真穴。大似行龍卸脉來。

風火真人妙訣深。梅梢新月照彈琴。忽然一陣  
清風至。龍躍深潭虎笑林。

三才丹訣

採真機要

七

採得歸來花正新。迷徒何處覓清真。莫言鼓祖  
房中術。誤殺閭浮多少人。

濟一子珊城傳金銓。開雲題後



青羊宮留題四首

其一

覓故人。天涯不見。嘆迷徒。要學神仙。有一等守頑空。  
的在蒲團上孤坐。有一等用鼎器的。在房中採戰。各  
執着一端。玄關不知在那邊。盡把無爲來裝相。都是  
虛門面。怎得雲朋霞友也。混俗和光度幾年。先天是  
神仙。親口傳。神仙神仙。只在花裡眠。

其二

煉黍珠。須要法財兩件。心腹友。二三爲侶伴。怎得個

韓陳爲友。馬林盧同修煉。王真人幸遇有緣。薛道光又要還俗。達摩祖了道在麗春院。必定是花街柳巷。也要休誇清靜無爲。枯坐間。先天是神仙親口傳。神仙只在花裡眠。

其三

訪明師殷勤了無限。人人都說是真傳。實授某神仙。同法眷。一個說是補上田。一個說益下元。一個說守中黃。是正理。更羨他兩賢。中間眉目。前似這等千門萬口也。百尺竿頭。閃了英賢。先天是神仙親口傳。神

仙神仙只在花裡眠

其四

學神仙的聽吾勸。切莫要有修暗煉。須曉得內外陰陽同類的。是何物件。必須要依世法修出世間。順生人逆生丹。一句見起脫了。千千万萬再休題清靜無爲。孤修獨坐。何處覓玄關。先天是神仙。親口傳神仙。神仙只在花裡眠。

三平丹訣

十九

赤水吟



赤水吟自序

天地有根。萬物有祖。陰陽有原。造化有始。熟究根宗。追窮原始。道在是矣。夫道窮於無窮。始於無始。亦惡得而測其根宗。究其原始乎。然其字則首下之。首下之。順生之象也。順生凡逆成聖久矣。不聞其說於斯世矣。上古真經。最爲渾全。真機之現於楮墨者。萬分之一分耳。中古丹訣。稍露端倪。珠光之燦於汗青者。千分之十分耳。近世仙書。乎風大啟。諸祖慈悲。已百分之二十分矣。讀儒書當從其古。讀仙書當究其今。

以其愈近而愈顯故也。世之讀丹經者無異聽異國  
人言。不知所說何事。無怪其珠沉璧暗。兩目無光。試  
看萬卷丹經。談理而外。盡言作用。其下手真工。不著  
於文。畏天譴也。青龍無欲。白虎有情。至妙之機。上蒼  
所寶。豈易聞知。魚目混珠。旁門惑世。無知妄徒。引人  
入草。所在皆是。孰是真師。何從印証。興言及此。我直  
欲哭。哭夫有志不逮。受毒卒世。如僕昔日求師。轉求  
轉僞。不得一披雲見日也。然天地雖大。版土雖寬。必  
有繼道統之人。陰陽雖妙。造化雖微。不終秘有志之



士果肯篤志勤求。自獲天人感應。端在立德修心。多行陰騭。神仙之道。一言以蔽之。曰。然而已矣。神仙之法。以無爲之心。行有爲之事而已矣。兩間之發育無非一氣之冲融。人物之著形。無非一氣之凝結。丹法效天地之升降。法日月之運旋。天地者乾坤之二體。人身者陰陽之二用。日月者天地之二氣。二氣者人身之日月。日月運行於天地之內。所以悠久不息。萬古常新。看潮汐之進退。知金水之浮沉。測寒暑之往來。識抽添之妙用。元和內運。無不成真。僕自得訣歸。

來乃知卽世間法。是出世間法。藥生遍地。道在眼前。  
最易知。最簡能。張紫陽謂。雖愚昧小人。行之立躋聖。  
地。可不致慎於賢否之間乎。世人昧不知修。非習靜。  
空山。卽女鼎採補。否則閉息煉氣。吐濁吸清。八段錦。  
六字氣。種種造作。皆自謂驪珠在握。僕則安敢笑之。  
此輩直可憐耳。雖慧孳文人。亦謂清淨是道。養心是。  
脩。卽欲告以至真之理。其入主出奴之見。橫據胸中。  
甚矣。非道之難明。明道之難得其人也。僕久居赤水。  
合州接引來賢。首先忠孝。而大力精進之儔。卒不可

得昔北七真累世爲師友。因念今世之得聞道者。正  
不知其幾世修來。今世之得行道者。可想見其歷劫  
勤苦。過去生中種有因緣。現在世界積有福德。自然  
苦志勤求。自然信心堅切。茫茫宇宙。若個男兒。堪與  
仔肩斯道。用是垂空文以見世。將鉛汞深機。水火妙  
用。著爲詩歌。字字真詮。言言秘訣。並非風雲月露之  
章。杼寫性靈。以博名高。後之學者。印之仙經。若合符  
節。則知余言非妄。不敢自欺。取罪於天地。見叱於鬼  
神也。雲路天梯。別無旁徑。必有真人降世。來听赤水。

赤水吟

卷序

三

乎珠其將切切於斯文

道光三年歲次癸未濟一子珊城傳金銓序於赤水  
之流雲丹室

赤水吟目錄

尋緣二律以象陰陽

七言律詩十四首以應藏經之數

七言絕句三十首以應三十日月一周天之數

駐雲飛十二首以應十二月日一周天之數

西江月四首以象四正

南鄉子一首以象得一

雜咏

次韻和曹鍊師外金丹爐火七言長律一首

與元陽子論性功德行四絕句

跋天仙正理讀法點睛四絕句

論不必梯山航海遍大地無不是藥

論陰符經爰有奇器三首示及門

讀採真機要書後

論先天虛無妙有一首示二人

復紀司馬書

復周鸞書問道

赤水吟

濟一子珊城傳金銓著

尋緣二首以象陰陽

懷抱真機已有年爲尋靈藥到西川震地風雷能把  
握潑天神火自虛予大有法則堪就事苟無同類不  
周金欲知下手真消息雲滿深潭月在天  
掣雷機閑妙最深幾年雲水覓知音未明子午徒勞  
力不識陰陽枉費心日耀龍紋三尺劒風傳瑤响七  
絃琴時人若悟生身理一字珍珠一字金

赤水吟

赤水吟

一



七言律詩十四首以應藏經之數

啟頑

老子瞿曇道不殊。也曾陸地作凡夫。今朝天上神仙伯。昔日人間經濟儒。鼎燦黃芽飛玉兔。壺傾白雪走金烏。幾多習靜修真子。個樣爭機得證無。

原理

性寂情空是返還。推情合性煉金丹。閒眠月洞塵心靜。醉咏梅花春意闌。袖裡乾坤看作鏡。壺中日月弄如丸。世人肯學長生道。衰病何憂風雨殘。

赤水吟

二

赤水

劈謬

古聖仙經說。摠同不教清靜坐。頑空有藥方能生造。  
化無錢。怎得運神工。河車直上崑崙頂。瑞彩旋歸紫  
極宮。試向希夷探妙理。黍珠端只在鴻濛。

旁門

萬劫驢椿執着偏。慈悲難挽順風船。頻年習靜空山  
坐。幾載餐霞對月眠。或運按摩求不死。或憑吐納望  
延年。摠由前世無修積。淺薄根行信不堅。

規正

此道真師不易逢。得來匠手便施工。憐渠竊窅青春子。笑我龍鍾白髮翁。兩件同昇三島外。八風吹遍九垓中。黃庭有訓房中急。切勿狂猜採戰同。

### 鑄劍

神鋒鑄就要無虧。走聖飛靈蕩太虛。北斗平臨天正午。南辰瞻對酒醒初。青鋒掣處三尸滅。冷豔推時六賊除。開闢以來千萬劫。幾曾輕泄盡傳書。

### 入室

採銘容易覓緣難。萬苦千辛到寶山。急水灘頭須穩

立烟。花隊裡要防閑。得來妙藥能醫老。煉就神丹可駐顏。直駕五雲天上去。不畱塚墓在人間。

測信

求陽端的在窮陰。細看元經浮與沉。取得南方丹鳳髓。配將北地黑龜心。始初見象如朱橘。待至圓成似紫金。誰解分機真造化。一壺濁酒一張琴。

調鼎

素娥昨夜共銜杯。手捧金球上玉臺。類暈紅潮春有信。風傳花雨淨無埃。幾多瑞氣從天降。一道祥光撲

面來。此際急忙須下手。海中牽得巨鰲回。

橐籥

嘘風橐籥鼓便便。洞裡真人响夜絃。對面清風吹習習。當頭明月冷涓涓。就他坤鼎求神藥。煉入乾爐化紫烟。爲語後來堅志士。早求同類覓先天。

行符

金丹符火最幽微。要識壬生癸盡時。未可行持人自逸。不容窺處鬼難知。尋枝摘葉終成妄。測象推爻總是痴。嗟爾頑心無醒悟。一言指破在尋師。

採藥

採得真陽一點回。功勤積累要栽培。身心寂靜超三界。海岳搖空淨九垓。負甲持符天上去。轟雷激電地中來。釋迦老子皆師授。囑咐狂兒莫妄猜。

火候

誰解回風混合言。斯爲火候不輕傳。心花發處融融樂。命寶周時陀陀圓。有脚永銘君記取。無情離坎我當然。陰陽匹配成栽接。留訣人間度有緣。

予珠

若個能推赤帝權。龍飛天漢虎潛眠。蒼龜有氣騰朱  
霧。白馬無韁踏紫烟。乾鼎噓風勤煅煉。坤爐作治自  
烹煎。得來海底兮珠貴。穩駕飛輿入洞天。

赤水吟

卷

五



絕句三十首以應三十日月一周天之數

大藥無根遍地生  
愛河隔截浪千層  
誰能洗却心頭熱  
爲語今機最上乘

識得三三好看經  
鉛花有象月痕明  
未容取作滄桑意  
海水枯時定可行

紅光隱隱燭三台  
河鼓星臨鉄鎖開  
一壺天風飛紫霧  
五龍捧得聖人來

舊陪鸞駕朝金闕  
賜酒瓊樓宴列仙  
爲道碧桃花正放  
也來參拜玉清天

赤水吟

六

赤水吟

六

不羨人間萬戶侯朝朝飲醉曲江頭由來四海蓬  
客短笛吹殘碧樹秋

琢杯還用嶧陽桐滿注金漿一萬鍾自唱自吟還自  
醉飲餘超足過前峯

相逢金母未言歸宴罷瓊臺訪紫微昨夜獮窟新有  
弓雙童夾得彩雲飛

夜騎黑虎空中立密雨散絲如霧集鼉作鯨吞吼間  
鐘劍光閃處蛟龍泣

阿母神霄下玉臺乘鸞飛去又重來紫雲繚繞笙歌

迥甘露垂空遍九垓

丹經講理訓迷徒真訣何曾著在書下士聞之皆大笑問誰解得北溟魚

予水之精號黑鉛採鉛端在癸生前癸生急採真真語知得何憂不作仙

映日生先是大陰月華流露現真金真金便是長生藥龍虎風雲合嘯吟

追他氣液歸黃道煉我心神合太虛峭壁懸崖雙孔竅出無人有盡由渠

赤水吟

卷

七

消息陰陽有二門得門便可運乾坤有誰繫得陽春  
脚只此便是天地根

鳥飛夜月繞金臺柳綻黃英嫩甲開勒破西間消息  
意年年春到渡頭來

玉皇有命燕羣仙寶閣危樓出檻連看座瓊花千百  
朵一枝留得獻諸天

火養丹田氣養身簪花笑殺少年人自從彌勒西歸  
去此道應消幾百春

波翻九曲黃河水直上層霄駕火龍瞬息蓬萊三萬

里笑看雲海盪心胸

採藥須從無裡覓煉鉛還向定中燒若云刻漏難憑  
準試看錢塘有信潮

仙人遺我上天梯九鼎烹雲必用之昨夜偶逢青鳥  
使爲言開宴在瑤池

天中日月飛烏朶洞裡龜蛇逐虎龍報道入門烽火  
急一時閑鎖入崇墉

神爐鑄就昆吾劍出匣嗥吼風雨變護爾修行學道  
賢潛形未許常人見

先天妙理不難明  
悟得須從靜裡行  
剝盡依然臨復卦  
隔江明月又生庚

鉛來投永結仙胎  
永去求鉛竅始開  
對面玲瓏忘入扇  
從今有路到蓬萊

小術旁門有萬千  
幾人達得命中玄  
花酒風流能悟入  
誰云陸地不神仙

紅顏女子白頭郎  
識得真時是藥王  
飛上九天淪沆瀣  
好從雲杪看滄桑

堪嗟人世光陰促  
遂浪隨波易沒沉  
若也及時修大

藥眼前遍地盡黃金

寄身天地一蜉蝣  
冤債相尋幾到頭  
劫劫塵塵人換世  
妄心誰肯暫時休

九轉工夫甚不難  
惟要雙行不可單  
神功有日雖能就  
妙用還須十月完

符火烹煎在一年  
陰陽匹配揔參詳  
解從殺裡求生氣  
指日飛騰上九天

赤水吟

卷

九



駐雲飛十二首以應十二月日一周天之數

萬卷精研。日夜芸。總誦簡編。講學心無倦。要入青錢選。仙。不信有斯言。訪名賢。鉄硯磨穿。潦倒都生厭。來到瓊臺。快着鞭。

自古神仙。積累先從種福田。有作人難見。明月梅梢現。仙。一味水鄉。鈆得人憐。美好娟娟。就裡成姻眷。姪女親。嗜白虎涎。

學道心專。感得神人親口傳。依時將法演。立刻風雷變。仙。我命不由天。妙予予推盪。無偏打合身心煉。更

不流源苦海邊

獨坐修真鹿豕同親作比隣。說是身無影。哄撥愚頑信。仙。縱得是陰神。棄人倫。妄想出塵。木樛終無證。作鏡磨磚費苦辛。

服氣餐霞鳥引熊。經事決差。日出朝暎射。吸月開窓舍。仙。都想煉黃芽。沒奢遮。滿眼空花。到處誇無價。妄說仙傳是卓家。

採戰延年房術欺人顛倒顛。作孽誠不淺。地獄終難免。仙。偏說是真傳。玉莖堅。倒吸春泉。養得靈柯變。堪

嘆愚人自倒懸。

此事神奇。薄福之人未免疑。正訣難遭遇。邪說旁門易。仙。好事不容知。最多岐。鮮種靈芝。採取先天炁。一月三旬有定期。

在昔賢流。既得真傳。憂更憂。志氣高宇宙。手握乾坤竅。仙。誰想要錢求。最難謀。暗裡悲愁。何日天緣湊。財法相酬到十洲。

要認字關。易簡工夫。最不難。晝夜殷勤煨。袖裡明珠燦。仙。嬰姹結同歡。要團團。自產琅玕。五彩天花爛。急。

取靈苗救老殘

全賴黃婆。匹配陰陽。兩得和。生殺明福禍。匠手牢看。柁。仙。一櫂透洪波。笑呵呵。抵岸彌陀。閉目垂空坐。從

此仙凡兩隔河。

護養靈田。九轉功成火候全。龍虎鵲橋戰。龜蛇相紐。戀。仙。飛劍採真鉛。產西川。花蕊新鮮。不摘過時艷。下得重樓顆顆圓。

造化深機。要覓真鉛問洛妃。悟徹陰陽理。行得雙修。諦。仙。此事世間稀。看芳菲。時刻無違。八門牢鎖閉。一

雲雷轟火焰飛

赤水吟

卷

三

西江月四首以象四正

此道乎。閑易識。玉爐金鼎難謀。分明同坐又同遊。大地無處不有。知得便須行得。誰入敢進竿頭。不從煉已萬緣休。必至傾危不救。認得陰陽骨髓。方纔下手求鉛。法天象地運無偏。頃刻龍爭虎戰。只是些兒孔竅。誰能直指真詮。學人要識此乎。月照冰潭瑩潔。活子須當細究。兩弦要辨分明。勾將兩意與雲情。離次方纔交并。一點最初真種。得來無價非輕。大都

全藉火工烹苦遇一陽復轉

白虎頭中鮮血青龍領下明珠細觀乾象轉天樞要  
識予元三五牛女河邊會合看經切莫模糊傳來  
妙訣世間無一得直超千古

南鄉子一首以象得一

大道總予予幾劫修來始得傳。鑿破鴻濛探黍米烹  
煎。月滿三旬有缺圓。運用合周天。要得神通在一  
年。火候毫厘當細審。精專爲度羣迷發願虔。

赤水吟

卷

三



雜咏

次韻和曹鍊師外金丹爐火七言長律一首

師雲南昆明諸生

海凌紅日耀天涯掩映棲雲處士家古訓垂慈昭至  
範諸書比象更如麻但愁咫尺迷風雨不慮蒼茫乏  
汞砂紫粉從來天上訣丹經豈長世間芽全憑匠手  
追靈液穩執朱柯散彩霞萬頃冰壺堆白雪一時雷  
電走金車神符表正天心合圖籙榮膺帝寵嘉許  
葛高風誰繼踵願陪芳躅共乘槎

赤水吟

卷

七

與乾陽子論性功德行四絕句

功德由來在一心一心端正鬼神欽總緣慾念乖真  
理遂使天良掩閉深

禍淫福善君知否此理從來載在書誰說虧心無報  
應恢恢天網不曾疎

善爲枝葉性爲根不善之人未可言若肯反身思己  
過循流終必達其源

萬善無虧真性全性光發處是先天果能積行修陰  
陽自有飛騰出世緣

跋天仙正理讀法點睛四絕句

虛空不住此靈靈大覺如來亦有情願度羣迷登彼岸只因人不悟無生

白玉黃金貯此堂花宮仙梵响微茫問余鶴髮何緣碧予帝親傳却老方

忽見神霄紫霧浮巨鰲噴浪海西頭誰家老子新憑釣獨把絲綸笑不休

月照寒蟾夜吐光窮陰之下有真陽若能手探爭元竅準爾飛神謁上蒼

論不必梯山航海遍大地無不是藥

莫學安期誑始皇入海尋求不死方空遺童女三千  
輩猶向東溟望故鄉

論陰符經爰有奇器二首示及門

根器生來自不同丹砂百煉見鴻濛陰陽法界成呼  
吸全賴池邊一古桐

清淨無爲海島仙天君不碍似秋蓮池邊特立孫桐  
老要作凌雲一渡船

讀採真機要書後

十二金釵善品簫無錢難買此嬌嬈堪憐學道修真  
侶空向深山坐寂寥

不道二峯採戰乖真真假假費疑猜誰知假內藏真  
穴大似行龍卸脉來

風火真人妙訣深梅梢新月照彈琴忽然一陣清風  
至龍躍天門虎嘯林

採得歸來花正新迷徒何處覓清真莫言彭祖房中  
術誤殺閻浮多少人

論先天虛無妙有一首示門人

赤水吟

卷

十六

荳蔻初開香最濃  
鴻濛未判有誰同  
蛾眉忽現青霄月  
一指非禪萬化中

復周鸞書問道

頃接手書。藉悉先生學養深醇。得正真之訣。徹一貫之機。以僕管窺之見。真不啻井蛙之望海。若奔走以來。閱人多矣。從未有究厥性源者。間有一二孤修之士。偏於無爲。不悟有作。今先生以性理爲宗。獐龍雖頑。不足降矣。性學不純。強欲入室。必至手忙脚亂。終不免於虎口。凜若履冰。誠爲至論。昔呂祖於星霽堂示訓曰。真金本是無情物。採取須憑真性全。先生深得此理。領下之珠。不難得矣。乳哺旣畢。深選福地。

坐空四大體証虛無歸還太極。凡此妙論。敢曰先得我心之同然。實啟愚瞽之知見。下風翹首。瞻拜無由。謹以所聞於師。畧舉就正。惟高明教之。潮來有信。月挂梅梢。活子時之真機。無論矣。妙用多端。脩極精微。其間選鼎有定則。調鼎有法度。用鼎有強弱。換鼎有度數。起火有細工。止火有妙景。制造丹房。須要合法。黃婆侶伴。務要同心。小周天之行。皆起止。大周天之行。住起止。其理雖同。其用各異。寸步有景。所謂黃庭內景。黃庭外景是也。初關百日可行。可止之功。中關



十月。徹晝徹夜之用。上關則聖人之能事矣。所謂地者。不近邱墳污穢。牛池糞窖。產婦毆場。盜賊凶煞之地。務要擇隣都會之所。眼界既寬。不啻奇異。所謂煉己者。特司空之見慣。此其操持在人。急水灘頭。稍縱即逝。大要仔細立定脚跟。僕師清虛先生常爲余言。斯事甚易。殊不難也。但修至德。以邀天眷。爲難耳。自言其氣之來。充塞天地。磅礴兩間。如早春天氣。初夏清和。甜美酥暢。不可形容。呼吸一周。雖腳尖髮杪。都覺氤氲蕩。微妙乃至。此試度人參萬斛。有如是乎。先

生學貫天人。深明奧妙。當知歲月不肯待人。利欲曾  
何止息。富貴無常。死生不測。所以有下手速修。猶太  
遲之訓。事分三段。倘未有大力。先求接命。功全百日。  
便證人仙之果。具六通之一。明察秋毫。走及奔馬。不  
死之道。反老還童。到此可以放下一段。然後修炁火  
用法財。脩九鼎。以還丹行中。閑之事。其費特重。不止  
內助。并要外護。君問法器乎。未敢直言。卽符節也。  
鵲橋也。卽橐籥。萌蘆無孔笛。沒絃琴也。然鵲橋有上  
有下。在者四竅八門。如蓬壺之狀。在下者圓平周

正似饅首之形自太古至今一貫相承皆係入室臨  
時師乃授之此太極之把柄陰陽之門戶爲兩弦之  
界限四正之予閑先生尙能捐一時之利欲行千載  
之奇功則僕當以琴劍相贈事非偶然因緣有數嗟  
彼逝川還當猛省謹陳大概用証同心惟高明不棄  
而終教之則幸矣爐火之事其乎機妙理一如內丹  
造物之忌特以戒貪通內事者未有不達外事先生  
諒亦知之茲不贅敢佈腹心無任神注

赤水吟

卷

十九

復紀司馬書

門下以濯魄冰壺之姿、昭霽月光風之度、接待以來、坐我春風、其德容之盛、猶依依懷抱間也、只今馬首東馳、無緣再晤、景仰雖殷、瞻望莫及矣、邇值伴來、捧到手書、殷殷存問、并頌嘉貺、及進桂堂易註圖解、謹對使拜、登卽夜正襟端、凡梵香盥誦、覺兩間化育之機、天人合一之理、奕奕行間、可謂極深研幾、上追百王之心法、下繼程朱之絕學、大非末學拘儒所能窺其底蘊、求溪之後、此爲僅見、誠哉窮理盡性之書、倘

亦有侍于至命乎、嘆身名之我累、嗟塵世之不仙、請以高山流水之音、爲鍾期一彈、再鼓門下、以爲是不佞、不敢以爲非、或以爲非、不佞不敢以爲是、握管舒牋、欲止者再、深慙自炫也、然而名賢在望、德重神欽、天挺人豪、淵清嶽峙、此日聰明正直、他年共仰神君、噫、神君焉已哉、不待他生後世、眼前証道神通、古之人不余欺也、昔都仙真君四十筮仕、五十歸田、解七年大旱之災、活一方旣死之命、功高德重、歸求謚母、道就雙修、而亦黃白爲之助、法財侶地、缺一難成、聞

炬符火皆有色相不佞于斯道究心且三十餘年丹  
經子書搜羅迨盡探頤索隱而茫昧茲甚乃復究研  
釋典求觀大藏如躡飛葉如泛重溟茫無畔岸僅解  
色相皆空聲臭俱泯而已此亦何閑底事在昔讀書  
談道性愛山林邇來奔走二十年矣江之東西湖之  
南北廣闊淮海足跡所經聲氣所接高人傑士黃冠  
緇流盖亦不少終年苦志勤修幾曾虛心實腹不悟  
追尋造化根源弄盡旁門小術不自覺夢反以魅人  
迫人深笑之而深憐之憐其不修至德而希至道風

習不除寸功未積乃欲營心水火刻意玄白不亦妄乎謹陳其概易曰天地貞觀日月貞明天下之動貞乎一有能見此靜極而動之真機便能得此生物不測之真一一者道也得其一萬事畢契曰一者以掩蔽世人莫知之悟真曰三五一都三箇字古今明者突然稀契亦曰三五與一天地至精可以口訣難以書傳間嘗學于先生長者之前謂余粗通易理能講性天亦知爻者效此象者象此一陰一陽之謂道必有事焉豈掠空談理了耶吉事有詳象事知器聖人



將以順性命之理夫以性命之理擬性命之事猶筌蹄之于魚兔也謂筌蹄爲魚兔可乎卽事求理尙有不達乃欲因理而悟其事暗中射垛鮮不失矣雖然果能洞曉陰陽則丹經盡可廢不到深達造化則卦象未可非曰乾坤曰坎離孰不曰乾交坤坤交乾陽中含陰陰中含陽變化錯綜無窮妙義亦知此陰中含陽陽中含陰是何物事昔賢謂抱朴子厯覽萬書智齊十哲莫能自悟誠以天機深遠不容擬議必也心握鴻濛手搏日月再開一重草昧乃見乾元面目

天下之言易者，只知在一，索再索中講理，不知在爲  
玉爲金中辦事。復其見天地之心，必謂以此度之，天  
地之心可見矣。何啻夢夢。雖講至極精極微，不過觀  
象觀變於天心之復，毫無着落。聖人必是親眼見來，  
善夫邵子之言曰：恍惚陰陽初變化，氤氲天地乍回  
旋。中間些子好光景，安得工夫入語言。忽然半夜一  
聲雷，萬戶千門次第開。若識無中含有象，許君親見  
伏羲來。又曰：冬至子之半，天心無改移。一陽初動處，  
萬物未生時。惟此冬至天地之根，五行之祖，仙佛之

源萬物之始、天根于此、立月窟于此、兆厝算于此、起  
元律呂于此、定管至人知此、化朽腐而神奇、凡人昧  
此降神奇而腐朽、嘗聞真陽起于九地之下、未聞降  
于九天之上、賢者倘亦悟之本庸、近之常經、爲聖神  
所不測、大哉乾元、萬物資始、至哉坤元、萬物資生、乃  
順承天如審、遭逢睹其端緒、至易而至常、至平而至  
奇、東三南二北一西四、非圖書之空文、乃真機之實  
事、以有証無、以虛運實、虛實相生、有無相濟、在于中  
平、四時之氣、攢于呼吸之中、疇能應其機、五行之理

全于進退之內、疇能得其緒、定潮汐于子午、控澄碧于陰陽、龍虎戰爭、迅如雷電、發千斤之努、用一寸之機、不有作爲、將何以定銖分、合兩弦、而成不世出之奇功乎、近世陵潛虛、陶素耜、仇澹柱、三君子之文章、德業冠絕一時、其所著書、可謂黃河之水、天上來矣、貫徹陰陽、洞切金石、內外胥融、安得不愛之、重之、向往之、而不能置也、自非卓見超羣、識變通于常事之外、運清鑒于玄漠之表者、孰能棄交修、除舍其所重、而重其所輕哉、難矣、惟是春雪秋花、韶華易邁、夕陽

曉月光景無多輕尺璧而重寸陰莫余少待是可悲  
也已不佞曾著一貫真機易簡錄杯溪錄女金丹經  
示讀試金石天仙正理讀法點睛行將問世事非偶  
然福緣有在門下倘不以貧賤而忽之猶幸生同郡  
國救廬固不遠也歸當再晤不盡低回

赤水吟

卷

二

道藏精華第四集之七  
文山遯叟蕭天石主編

內金丹心法秘旨合刊  
長生立命篇

自由出版社印行





# 內金丹心法與長生立命篇合刊目錄

## 一、內金丹心法

伍冲虛真人著

影刊內金丹心法秘旨江序	江絜生	一一二
天仙直論長生度世內金丹心法原目錄		一一二
一、生死說		三一〇
二、水調歌頭		一一一
三、先後二天論		一二一
四、藥物論		一七一
五、鼎器論		二四一
六、火候論（採取外藥圖附）		三三八
七、煉己論		八九一
八、築基論		九二一
九、煉藥論		九七一

十、伏氣論……………一〇五一—一二二

十一、胎息論……………一一二—一二六

## 二、道門正脈長生立命篇

玄陽子真人著

讀立命篇前說……………鹿峰山抱拙子……………一二九—一三〇

立命篇序……………四明玄陽子……………一三一—一三六

一、金丹圖說……………一三九—一四一

二、藥物圖說……………一四二—一四四

三、火候圖說……………一四五—一五一

四、爐鼎圖說……………一五二—一五四

五、玄牝圖說……………一五五—一五七

六、先天一氣論……………一五八—一六〇

七、第一轉——修築丹基（一名凝神返觀）……………一六一—一六四

八、第二轉——金水鑄劍（一名煉己）……………一六五—一六八

九、第三轉——採藥歸壺（一名坎離交媾）……………一六九—一七一

周天火候圖……………一七二

一〇、第四轉——運火煉丹（一名煉精化氣・又名小周天）……	一七三——一八三
一一、第五轉——靈丹出爐（一名採取過關）……	一八四——一九〇
一二、第六轉——溫養道胎（一名煉氣化神又名大周天）……	一九一——一九四
一三、第七轉——調神出殼（一名胎圓出神）……	一九五——一九六
一四、第八轉——嬰兒乳哺（一名煉神還虛）……	一九七——一九八
一五、第九轉——面壁還元（一名煉虛合道）……	一九九——二〇〇
面壁坐禪圖……	二〇一
虛空圖……	二〇二
一六、長生立命十六訣詩……	二〇三——二一〇

—

1

道藏精華第四集之七  
文山遜叟蕭天石主編

# 內金丹心法秘指

自由出版社印行



## 影刊內金丹心法祕指江序

孔子論周易曰，夫大易之道，一陰一陽而已矣。老子道德經曰：天道之間，其猶橐籥乎。于以知陰者，乃天生萬物之原質，橐籥者，乃資生之工具，與夫化學之配合程序也。今日之核子科學言之，能可變質，質亦可能變能，能質互變，百萬物生焉，方其能變爲質也，則能爲母而質爲子；逮其質變爲能也，則質爲母而能爲子。故參同契論丹道五行配合之功曰：「金爲水母，母隱子胎。水者金子，子藏母胞。」能質互變，金水相生，而宇宙以成，萬物以生焉。自原始時代以迄太空時代，生物之種類可以無限，器用可以萬殊，而能質交變之理不易，化學配合之功能及程序亦不易。其生生媾配之原質，釋氏命之曰四大，儒者稱之爲五行，一言以括之，皆「陰陽」之運生而已矣。夫人身亦萬物中之一類也，由無生有，自媾孕而至有身，其嬗生之程序，莫不同于萬物，遞相能質互變，資以橐籥之功，十月胎圓，其間莫非陰陽鼓鑄之力。故丹經曰：人身一小天地也，詎不宜哉！仲尼曰：天何言哉？四時行焉，百物生焉。天何言哉！蓋自無始以屆無終，陰陽二氣，生生不息，橐籥之功亦不息，無待人功爲之繁生。凡託生于三界之內者，罔不由此資生之方式而各別其形體。夫能既變質，則此質中自含有此能，而此能仍經化學之媾合而另成他質，萬物皆然，此卽生之不息之理也。于是聖人者，默觀天地生成

之道，而著爲圖書八卦以括藏此理，與資生配合之程序，示人以身中自有資生之大藥，要在能發掘之，配合之，按其生成之化學程序，以自生生無息而已。

內金丹者，爲道祕十七種中的一種，乃余昔年游北平時，無意於琉璃廠冷攤中得之者。此書乃學道者所必讀之書，較古帙爲明顯。蓋丹道乃簡便長生之術，賢愚不肖皆可以學之而延續其年命，故先代聖人恐爲不肖者所竊得，皆不敢明言而出之以隱語。洎夫伍冲虛真人成道後，憫道統之將亡，因請于其師而得直言其所以，除一、二要訣外，盡洩之于此書，附以圖象，遂成顯教，學者得之，真不啻撥雲霧而覩青冥也。

三十九年冬亡命海外，盡棄所有，獨携出道書多種，以待有緣。四十二年，由港來臺，幸晤同道蕭天石先生，先生宿慧以明道，等慈以濟衆，慨然有宏法利生之願，因悉畀以付梓，此編特多種中的一種也。余雙修禪淨，夙治佛學有年，深知修證非可一蹴而幾。初步要在及身明心見性，捨報後不忘今生所學，世世修爲以達究竟。然人命在呼吸間，太空時代，壽命尤促，于八萬四千法門中，非擇一捷徑不可。故鉛汞之學，雖非究竟，然欲超越同居之穢土，不昧前修，則此爲捷徑中之最捷者。百日功靈，三年業就，見性者修之，尤可以莊嚴報土，分證寂光，詎不盛哉。伏願同道之讀此編者，其努力爭取此瞬息之人生，假途丹道，不受中陰，以續窺十地之妙境可也。

中華民國四十九年初冬江絜生序于臺北。



天仙直論長生度世內煉金丹訣心法

目錄

生死說

水調歌頭

先後二天論第一章

藥物論第二章

鼎器論第三章

火候論第四章

煉已論第五章

築基論

第六章

煉藥論

第七章

伏氣論

第八章

胎息論

第九章

生死說

夫生死大矣。故有生必有死。則亦有學。而三聖人實與天地相終始。逐逐者無論矣。間亦有剽聲襲響者。則曰生者死之常矣。死者生之常矣。奚以之容心而學焉。而未識生死之常。猶之乎不生。猶之乎其不死也。何者。氣聚而生。氣散而死。吾儒之談也。人聚之爲氣而生也。甫十五齡而日剝日斲。以至於死。是散氣也。非氣散也。故曰世之人無不死者。無一善死者。卽無一善生者。嗚呼。天之生人何如哉。而人自不善其

生不善其死。不人也。不人則草木矣。禽獸矣。草木蠢  
於人。禽獸之死也。上者羽化。下者火化。乘乎氣者也。  
草木之死也。枯而榮榮而枯。遞造而遞化。竊乎氣者  
也。人得其秀而最靈。而氣之聚者。我自散之。且不能  
乘氣之有。以入。無亦不能竊氣之無。以入。有無乃禽  
獸草木不若乎。三聖人者。非貪生也。非逃死也。蓋生  
而生死而死者也。故謂三聖人存乎。余不能也。謂三  
聖人亡乎。余不敢也。而三聖人所謂存存而亡亡者。  
胡可一日不講哉。

孔氏倡素王之業。爲入世法。而言性言命。其詞微。釋氏出。稱爲梵王。而言性不言命。其詞密。

今之五經。孔氏之大藏也。

今之大藏。釋氏之五經也。

五經首易。而易曰。窮理盡性。以至於命。至論大人。與天地合德。日月合明。四時合序。鬼神合其吉凶。是性命之肩鍵也。一時弟子顏氏而下。無能窺其奧者。再傳。

子思子。始揭天命之謂性。於中庸之首章。而贊之曰。

上律下襲如四時之錯行。日月代明。孔氏之家藏泄於此矣。乃及門之士。以爲罕言命。以爲性與天道不可得而聞也。夫當其時。且不得其微。又何惟乎萬世而下者之支離於訓詁也。大藏爲卷五千四十有八。無非以性爲宗。

夫性

孔子罕言而釋氏言之密矣。乃密之中。又有密者。惟於諸咒語中載之。說咒者佛。諷咒之義者亦佛。菩薩而下。無能得其解者。故凡誦準提咒者。惟曰吾遵密。

教耳。必不得其解也。


夫密者。咒之教也。非其所以教也。因其教。求其所以教。意者。其性中之命乎。身非世尊焉。談師諦。故釋氏之徒。僉曰。見性成佛。而命學爲絕傳。老氏之教。則異是矣。

陰符道德而下。亶亶言命。亶亶言性。而又亶亶言性。必言命。言命必言性。余常評之。

孔氏之言性命。言其影。不言其形者也。

釋氏之言性命。以性爲形。以命爲影者也。

老氏之言性命言其影。並言其形者也。

老氏而下則多岐矣。余不敢索之于多岐也。而直溯其源以自爲好。暇日抱丹書讀之。則見其說以得一爲主。一卽丹也。丹卽先天乾金也。而乾金藏于後天坎水之中。取坎之一。補離之二。是謂修性。是謂修命。是謂性命雙修。而又懼人之不知所修也。則有築基煉己之法。則有抽鉛添汞之法。則有移爐換鼎之法。總之所謂以神馭氣也。所謂煉精合氣。煉氣合神。煉神合虛也。而修無可修。直以還其生生死死之



真而不詭於正。

夫虛無之學。虛化神。神化氣。氣化精。一了萬了。何事於修。而上根利器。世不易逢。惟以精留氣。以氣留神。神存則生。不存則死。存不存。由我而不由天。生與死。還乎天。而不撓以人。人人皆有。人人可爲。而非若孔釋之有言。有不言矣。余誦旌陽識記。而知八百之當期也。夫八百自有主者。而社蒙開蔽。必自

聖賢之言。始顧其言汗漫。不易讀。方余盡讀諸家經書。無可入。又讀諸家註。則見自經而外。諸家書時有

出入無所統一又見諸家註各執曲學以飾其陋而  
聖賢之意反晦而不明安知八百出不以余之苦爲  
苦也是知難逢之事豈輕易成欲爲跨鶴之遊。○  
必假腰錢之助下士聞而大笑上聖所以不言謬之  
毫釐失之千里若天機之輕洩祖則罪延而至道之  
不傳已則譴大將言復輟欲罷不能謂其隱秘於玄  
微孰若鋪陳其梗槩因述師指繪作丹書所以盡造  
丹之精微所以條養丹之詳細悟無上之一提圓真  
元之正覺動爲遊戲。○靜入涅槃。○造無物礙

之象。永返元來之本。通前警悟。及後還元。集爲直論。所以貫串首尾。分別真僞。覽者詳焉。非敢爲達者之規模。姑留與學者之印證耳。壬戌仲夏。冲虛子書。

白玉蟾水調歌頭云

未遇明師指。日夜苦憂驚。及乎遇了。得些口訣。又忘情。可惜蹉跎過了。不念精衰氣竭。碌碌度平生。何。何。何。不回頭看。下手採來烹。天下人。知得者。不能行。可憐埋沒。如何恁地不惺惺。只見口頭說着。方寸都無些子。只管看丹經。地獄門開了。急急辨前

程

天仙直論長生度世內煉丹訣心法九章

先後二天論第一章

夫神與精也。祇用先天。忌用後天。先天是元神元精。  
○是有神通。有變化之物也。後天者。是思慮神交。  
感精。無神通。無變化之物也。而氣則不能無先後天  
之二用。以爲長生超劫運之本氣。曰二者。先天炁及  
後天氣分二體。而二其用也。先天○是元炁。後天  
○是呼吸之氣。亦謂之母氣與子氣也。○超劫

運之本。乃元炁。不能自超。必用呼吸以成其能。故曰。有先天。不得後天。無以採取烹煉而為本。有後天。不得先天。無以證實地。長生轉神入定之功。必兼用二氣。方為長生超劫運之本。修真之士。採取先天始炁。以為金丹之祖。如不採取。必至旦晝枯亡而已。息息歸根。金丹之母。未漏者。採之以安神入定。未漏童真之體。即用童真修法。已漏者。採之以補足。如有生之初。完此先天者也。後天而奉天時者也。

脩士

須不令先天變爲後天。又必令先天之精。仍返還爲始炁。卽是歸於性根。復還於命蒂之所。始炁者。卽虛極靜篤也。是以後天之呼吸。得真機而至。故於先後之際。卽所謂亥之末。子之初。便是用後天之呼吸。尋真人之呼吸。先天故要逆轉。修而後天之呼吸。亦要逆轉。不逆轉。則與凡夫。浩浩者何異。修真之士。採此日用之精。合爲一炁。以補完先天者也。當吸機之闔。我則轉而至乾。以升爲進也。

當呼機之闢。我則轉而至坤。☷以降爲退也。☵升於乾。本爲採取之機。降於坤。本爲烹煉之機。然現在之烹煉。☲又爲未來採取之先機。此祖祖真真口口相傳之秘法也。修煉之士。只要闔關明得透徹。則金液可返而爲丹也。若闔關不明。而亦不能採取真炁。大藥無成。枉費言修。最要得真動真靜之機。不然亦不能採取真炁。未到虛極靜篤。無知覺時。不爲真靜。◎從無知覺時。而恍惚中有妙覺。◎是爲真動。未到無知覺時。而於妄想中強生妄覺。則非真。

動動既不真則無真氣者不知次第者亦不成丹次第者知藥生之真時。○採取烹煉封固進陽火退陰符周天畢有分餘象潤等用。○採取之功由升降之機。○不得理則能採取真炁不然不得真氣縱用火符亦是水火煮空鍋而已又何言伏氣也哉。

袁天剛胎息訣云

夫元炁者大道之根。天地之母。○一陰一陽生育萬物。在人爲呼吸之氣。在天爲寒暑之氣。能改移四時之氣者。戊己也。春在巽。能發生萬物。夏在坤。能長



養萬物。秋在乾。能成熟萬物。冬在艮。能含育萬物。故學者當取四時正氣。納入胎中。○是爲真種。積久自得。心定。息定。神定。龍親虎會。○結就聖胎。謂之真人胎息也。

### 藥物論第二章

沖虛子曰。天仙大道。喻金丹。金丹本根。喻藥物。果以何物而喻藥物也。煉外丹者。以黑鉛中所取真鉛。白金煉成金丹。故內以腎水中所取真汞。同於金。○煉成內丹。亦名金丹。外以白金爲藥。以丹砂爲主。內

以真炁同於金者爲藥。以本性元神爲主。太上云。恍恍惚惚。其中有物。恍恍惚惚者。是本性元神。不着於思慮。知覺似知覺之妙處。○其中必有物。物者卽吾身中一點真陽之精。號曰先天祖炁者是也。夫旣名之曰祖炁。則必在內。爲生氣之根。而又曰外藥者何也。蓋古云。金丹內藥自外來。以祖炁從生身時。雖隱藏於丹田。○却有向外發生之時。如視聽言動。姪欲皆從此炁化生。○如思外之色聲香味觸法。皆中氣載思。以致修煉者。卽取此發生於外者。復返還於

內。○是以雖從內生却從外來故謂之外藥鍊成還丹期爲內藥。○又謂之大藥實只此一炁而已。於此時發生大藥者真陽曰大藥不自發生必待採而後發生。○不似微陽初動爲自發生也全不着於外祇動於發生之動地。○因其不離內故名內藥。既有內外之分所以採之者亦異蓋外藥生而後採也。內藥則採而後生也。自歷代聖師祖祖相傳以來所謂七日口授天機以採大藥者。○是也。紫陽真人曰不定而陽不生陽生之後不定而丹不結正

謂此而言之也。○但初關變化雖在逆轉一炁而其爲逆轉主宰則在神。○卽神返身中氣自回之說也。若念動神馳引此炁馳於欲界則此元神元氣變爲後天有形之精乃無益於丹道之物也。必也以先天無念元神爲主返觀內照凝神入於氣穴則先天真藥亦自虛無中而返歸於鼎內之氣根。○爲煉丹之本。古云自外來者如此此外藥之論也。將此藥之在鼎中以行小周之火而烹煉之吾俞琰曰若知有藥而不知火候之秘以煉之唯能煖其下元非

還丹也。謂之煉外丹。此卽心印經云回風混合。百日功靈之說者是也。外丹火足藥成。方是至足陽神之真炁。炁不化陰精。便是純陽之真炁。方可謂之坎中滿者。昔還陽真人口授天機。以採大藥之景。及採大藥之法者。正爲此用也。夫採之大藥生而來。斯固謂之得內藥也。採得此炁。以服食而點化元神。紫陽真人謂之取坎填離。

正陽老祖謂之抽鉛添汞。皆言得此內藥也。欲得此炁。煉而化神。必將此炁。合神爲煉。古云煉氣化

神者此也。今人不知如何言化神氣。是人之自有。因姪姑而消耗。神因姪欲而迷亂。故皆不足。而漸趨於死。真人修煉。先以神助氣。煉得氣足。純陽而可定。後以可定之炁。而助神。神炁俱定。炁至無。而神自純陽。獨定獨覺。斯謂之炁化神也。煉作純陽之神。則有大周天之火候在焉。仙家稱為懷胎。為胎息。言如在胎時。自有息而至無息。佛門謂之四禪定。華嚴經云。初禪念住。二禪息住。三禪脉住。四禪滅盡定。是也。當是時也。火自有火。而至無火。藥

自有藥而至無藥。自純陽之炁。無漏以成純陽之神。無漏而一神寂照。則仙道從此實得矣。此皆藥之二生之真。兩煉之真。以所證者辨藥者。為仙家之至要。秘密天機。學者可不知辨哉。但古人只言藥物。而不言辨法。不言用法。不言採時採法。一藥之虛名。外於耳目之外。故後人無以認真。

施肩吾老祖云

炁是添年藥。

藥本先天炁。而無形。我則信其無形之至真。恍恍惚惚。亦以無中之妙運。杳杳冥冥。而採取烹煉。便是真正虛無之道也。

必為使氣神。


火本呼吸之有形。而我以有形而用之。則長邪火。不似有形而用之。却似無火。妙在一陽來復之時。以神取炁。返還歸於中宮。便是無中得。有之妙。所以謂之似有似無。若不知似有似無之妙。則神墮頑空。孤陰之說也。夫天地之生物。必有氤氲之氣。萬物化生。豈無樂育之時。至經行一度。必有一日。氤氲走候。逆而取之。則成丹。順而施之。則成胎。既成。自有之形。所以不附外形。而唯生于內。用於內。亦我神覺之由。尾間過三關。土泥丸。下重樓。入黃房。亦覺之可。得真念矣。此所謂號生死之果。從此便。

便是得仙人。

能知行氣主。

鼎器論第三章



是鼎器也。古聖仙師本爲煉精煉炁煉神。所歸依本根之地。而言之也。故神炁有鉛汞之喻。而丹田有鼎器之喻也。俱在人身之中。愚人不知身中先煉者爲外丹服食。執鼎器之說。只信燒煉鉛汞金石外藥爲外丹服食。餌之不死。至失人身而不能救。哀哉。

呂祖云

可笑九江張尚書。服藥失明。神氣枯。不知還丹本無質。翻餌金石何太愚。此鼎器之說。誤人甚矣。

妖人邪說

妄指女人爲鼎。媼姤爲採取藥物。取男姤精。女姤水。取敗血爲服食。誑人自誑。補身接命。故鍾離祖云。若教異物堪輕用。細酒羊羔亦上升。是也。金谷野人云。鉛汞從經幾百秋。○幾人會得幾人修。若教愚鈍皆知道。天下神仙似水流。此皆由鼎器之說不悟。且鼎有內鼎外鼎之喻者。

言外鼎者。指丹田之形言也。

言內鼎者。指丹田之氣言也。

以形言者言煉形。爲煉精化氣之用。古云。前對臍輪。後對腎。中間有個真金鼎。是也。以氣言者。言煉氣爲煉炁。化神之用。古云。先取白金爲鼎器。此旌陽真君之說也。古以黑鉛喻腎。腎中所發真氣。取之而喻曰取白金。方安得元神住。故曰先取白金爲鼎器。以還神也。又曰分明內鼎是黃金。言白言黃者。皆言所還之氣是也。茲在擴而論之。無不可喻鼎器者。當其始也。卽初關煉精化氣時。欲還先天真炁。唯神可得。則以元神領炁。並歸向於丹田。而後天呼吸。

皆隨神以復真氣。卽借元神名內鼎也。可若無是神。則不能攝是氣。而所止之下丹田爲外鼎者。又  
炁所藏之本位。卽所謂有個真金鼎之處。此言丹田  
既爲外鼎。然則神亦可以爲內鼎也。必凝神入此於  
氣穴。而神返身中。氣自回之說也。真炁陽精發生時。  
必馳於外者。而欲返回。神知氣之在外。則神亦馳在  
外。意欲返回者。必由神而馭之。從太玄關過尾閭夾  
脊上泥丸。過重樓。送歸土釜。故曰神返身中。炁自回。  
炁所以歸根者。由此也。及其既也。欲養胎仙而伏至。

靈元神卽中關煉氣化神也。唯炁斯可用。炁載神則以先天之炁相定於中田。以爲關鎖。而神能久伏。久定於中。轉神入定。卽如前言。炁名內鼎也。可。若無是炁。卽墮孤陰之說。則不能留是神。神無依着。則出入無時。而妄念動也。而所守之中下田爲外鼎者。又神所居之本位。故神卽靜定而寂照者。如此也。初煉精化炁。固以神爲炁之歸依。及煉炁化神。又以炁爲神之歸依。神氣互相依而互相守。緊緊不得相離。真可謂鼎器之嚴密處一般。盡顛倒立名。以闡明此道者。

故呂祖云。真爐鼎。真橐籥。知之真者。而後用之真。用之真者。而後証果得其真。豈有還丹之鼎器。所當深明者。而可不實究之耶。又豈有取諸身外。而別求爲鼎器者耶。此又言泥土金鍊器及女人假稱爲鼎器者。俱不可信。信之必悞喪性命者也。昔有言神總在炁聖性靈。而得者。斯炁亦得之矣。

白玉蟾云

祇將戊己作丹爐。煉得紅丸作玉酥。蓋戊爲腎中氣。名曰金曰戊己。卽身中之本性。戊己原屬土。故曰土。

金卽鼎器之別名也。紫陽真人云：送歸土釜，牢封固者，是也。夫還神攝氣，妙在虛無。○人虛無者，乃先天神氣之相也。神無思慮，氣無搖姤，必先有歸依。神依炁，炁依神，神炁互相依，而又依中下之外鼎，方成勝定。○人勝定者，最上乘至虛至無之大定也。古云：心息相依，久成勝定。此鼎器之說，不可忽也。

華嚴經云

世尊坐於菩提樹下，而上升須彌頂，升叨利天，升兜率天，說法而亦不離於菩提本座。大集經云：佛成正

覺於欲色天。二界中間化七寶坊。如大千界十方佛刹。爲諸菩薩顯說甚深佛法。令法久住。華嚴經合論云。知佛法卽世間法。世間法卽佛法。不於世情中分別世情。又云。一切世法。純是佛法。何曾離世法。別有佛法。

瑩蟾子百字令云




金丹大藥不難知。妙在陽生時下手。日用平常須謹獨。莫教龍虎奔走。心要安閑。身須正定。意在常存守。始終不怠。自然通透玄牝。其間些子有訛。爲君



直指地下聽雷吼立鼎安爐非小可迭運幹旋憑斗  
性本圓明命基牢固勘破無中有老蟾成象直  
與天地齊壽。

#### 火候論第四章

冲虛子曰天仙是性命元神。仙由修命而証性。  
故初關是修命中關是修性不得金丹。不能復  
至性地而爲證。金丹是真陽精炁。不得火候  
不能採取烹煉而爲丹。故曰全憑火候成功。昔盧庵  
真人云。饒得真陽決志行。若無火候道難成。周天煉

法須仙授。世人說者有誰真。古云若教愚輩皆知道。天下神仙似水流。及見薛道光云。聖人傳藥不傳火。我故曰火候誰云不可傳。既不可傳何故有火記六百篇之說。隨機默運入玄立。達觀往昔千千聖。呼吸分明了却仙。豈不見陳虛白云要知火候口訣之妙尤當於真息中求之。曹仙姑靈源大道歌云我爲諸君說端的。命蒂從來在真息。此又明明指出火候只是真息。真息者乃真人之呼吸。非口鼻之呼吸。陳致虛云火候口訣最秘。非可一槩而論。中有逐節事條。自

祖祖相傳以來所云採藥之候。封固之候。起小周天之候。進退顛倒之候。沐浴之候。火足止火之候。採大藥之候。得大藥服食之候。大周天之候。神全之候。被出之候等。皆是可不明辨之乎。紫陽真人云。始於有作人難見。及至無爲。衆始知。但信無爲爲要妙。孰知有作是根基。有作者小周天也。無爲者大周天也。蓋火候。行於真人呼吸處。此處本無呼吸。自無呼吸。以交合神炁。久煉而成大藥者。必用有爲也。不如是。則道不真。無人見者。秘傳之天機而密。

行之也。古仙聖真誠人曰：知之，不要向人誇，是也。所謂傳藥不傳火者，不輕傳此也。此以前皆從無入有也。○此以後皆從有歸無也。○然火候呼吸，本一身之所有也。先自外而歸於內，則內爲有。故大周天之火，必欲至於無。然無者，非不用火，而至於無，乃是火候行之妙於無者。○此火危險甚大，因有爲之火，易行無爲之火，難行也。不能無之，是危險。能無之，而或少有一毫，襍於有，亦是危險。○見無之，而或間斷不行，亦是危險。故紫陽真人亦囑之曰：世之愚

人俗子但聞無爲便猜爲不用火遂其所好安心放  
曠者有之或猜無爲始終只用一無爲而已不求所  
以當有爲於始者○有之故曰但信無爲孰知有  
作紫陽真人直言有無雙修之旨也○

純陽老祖云一陽初動中霄漏永

此一段以下皆直  
言活子時之候

魏伯陽真人云晦至朔旦○震來受符此以一月  
爲喻也晦者喻身中陰極之時晦而至於次月朔旦  
者初一也震一陽動於下爻以喻身中真炁之生蓋  
藥生○即火當生震陽旣動而來即當受火符以

採取烹煉之也。上節純陽之說。以一日爲喻者。中霄爲夜之半。卽子時之義。漏汞者。火符之刻漏籌數也。古云。或以日喻。或以月喻。或以年喻。無所不喻。借易見者。以發明火之不可言者。學者但不可以喻者認真。皆恍惚喻身中之理。而猶非實似也。陳朝元曰。凡煉丹。隨子時陽氣生而起火。則火力全。餘時起火。不得無藥故也。無藥便是水火煮空鐺是也。瑩蟾子云。常將半夜子時起。天道人心週復始。煉性修真要此時。自強不息真君子。勞我生。逸我死。面壁

經行爲何事。

陳泥九云。十二時中須認子。

內金丹

內丹秘指

十九

天上分明十二辰

人間分作煉丹程

採取外藥之圖



若言刻漏無憑信

不會玄機藥不成



陳泥丸云十二時中須認子丹道一周天之用須用  
真活子時而起火。天道十二時本有半夜子時之時  
也。丹道雖喻子而未可執按其子者。於十二時中皆  
可有陽生火發之子時。故稱曰活子時。爲其不拘於  
半夜之死子時也。修丹者當於天時中認取當生之  
火之活子時也。所謂當生當照。本命元神星君者是  
也。若不知活則謂之當面錯過。白玉蟾云。月圓  
月缺。明明語時。子心傳。果不訛。彭鶴林云。火藥  
原來一處。居看時似有覓時無。藥本先天元炁。

內金丹





內丹秘指



三

①本無形我則信其無之至真亦以無之妙用而採取烹煉便是真正虛無之仙道也。火本呼吸之有形。若卽以有形用之則長邪火不似有形而用之似無火藥一處居。但於無中得有之妙。所以謂之似有似無。②予老師云一陽動處初行火。卯酉封爐一樣紅。一陽動同純陽之說。但曰採取封固曰沐浴溫養無有雙忘。③同於太虛此皆言藥生卽是火生以明採藥起火之候也。此是冲虛子總結上一大段之說者。○採藥者子時火之前也。

庚辰  
絕

於起火者。予時火之事也。二者必要分明。所以達摩云。二候採牟尼。四候別神功。是也。☉正陽翁云。結丹火候。有時刻。此下皆言起行十二時小周天。火候正是烹煉金丹之時。故曰。結丹有時刻。蕭紫虛云。乾坤橐籥鼓有數。橐籥者。鼓風吹火之具。☉喻呼吸往來之氣。即乾呼而坤吸。而乾之義有數者。即乾用九。坤用六之數也。離坎刀圭。採有時。雖是心中之神☉曰。己土。坎是腎。上下二土成圭者。戊己二土合一。中之炁。☉曰。戊土。以喻神炁合一者。亦稱刀圭。然刀圭者。稱刀圭。☉以喻神炁合一者。亦稱刀圭。然刀圭

由得二土合煉而成。亦必先知採取二土之時。方能  
成二圭。如若不知。必不能成二土之圭也。無中生有  
一刃圭。玉鼎真人云。入鼎若無刻漏。則靈芽不生。真陽曰。入鼎者。真陽之精炁。既還氣穴。必要刻  
漏之火。以烹煉之。則黃芽方生。有刻漏者。則知  
一時已完。當用二時。六陽子丑寅卯辰巳用升。六陰午未申酉戌亥  
用降。方合正理。又能令神炁二者。皆半斤八兩。  
又而用一時之刻漏。當升當降。不當升降者。方有定  
理。○玄學正宗云。刻漏者。出入息也。此直言刻漏是出入息之

也。別號刻漏是盡夜時。名刻漏。每有幾點漏滴之聲。以  
 應一刻。再至多漏。以應一時。古云。周天息數微微數。  
 玉露寒聲滴滴符。今言此。以喻呼吸之息也。以漏數。  
 定刻者。即於丹道中。以真息數定時。數也。廣成  
 子曰。天地反覆。乃呼吸徹於蒂耳。一吸則天炁  
 下降。一呼則地氣上升。我之真氣相接也。上下三田  
 旋轉之義。呼吸者。真人之呼吸。之非口鼻呼吸徹於蒂者。通  
 於氣穴之處。呼吸升降者。似於反說。上田反中田中  
 下田復反上田上田反入氣海接。田反下田下田  
 着真氣三事共濟。謂之周天火候。大抵丹書反說者

內金丹

內丹秘指

世一

甚多。我以理事。由詳究之。皆呼降吸升。合於自然。方得可有可無之妙。予師還陽真人云。子卯午酉定真機。顛倒陰陽三百息。子卯午酉者。入藥鏡所言在脫胎。大周天之火候也。入藥鏡所謂終脫胎。看四正。卽此四時也。入藥鏡所言大周天之候。此言小周天也。大小事不同。而用同。何也。心印經云。三品一理。是也。紫陽真人云。刻刻調和。真氣凝結。刻刻者。言三百六十息。皆要調和。合自然。一刻不調。則不能入定。而成胎基。白玉蟾云。火本南方離卦。離屬心心者。

神也。⑤氣則藥也。神不亂氣。歸神以火煉藥而成丹者。卽是以神馭炁而成道也。陳虛白云。火候口訣之要。尤當於真息中求之。蓋息從心起。心靜息調。息息歸根。金丹之母。心印經所云。回風混合。百日功靈之語者。是也。薛道光云。火候抽添。思絕塵。一爻過看一爻生。⑥抽添卽進退絕塵者。念不着於思慮塵幻妄魔。爻過爻生者。卽綿綿無間斷也。陳泥丸云。百刻之中。切忌昏迷。或昏睡。或散亂。皆錯失真候。故曰切忌。陳希夷云。子午工是火候。兩時活取無昏晝一。

陽復卦子時生。午時一陰生於姤。三十六二十四乾  
坤用六四周天度數同相似。卯時沐浴酉時同。四  
六二十四火候足。休恣意。崔公入藥鏡云。火候足。莫傷丹。言不  
宜恣意行火。而不知止也。金谷野人云。周天息數微  
微數。玉露寒聲滴滴符。○真銓曰。火候本只寓一氣  
進退之節。非有他也。火候之妙。以在人。若可意緊。則  
火燥。用意緩。則火寒。勿忘勿助。非有定則。最怕意散。  
○四不升不降。不結大丹。此是開明初學之說。雖未  
明大道之人。其言亦可示學者入德之門也。



王果齋云。口不呼。鼻不吸。

口鼻不呼吸。則循真人橐呼吸之法。而呼吸之。

天籟地徐停息。巽風離火。

鼎中烹。直使身安命。

乃立陳泥丸云。行坐寢食。總如如。唯恐火冷丹力遲。

行坐者。坐而行工也。非行路有寢有食。尚未脫凡夫。

只是煉精化炁。築基內事。若十月胎神之工。則忘寢。



忘食矣。如如者。入定之妙。總如如者。則火合立。

妙。火不冷。丹力不遲也。純陽老祖云。安排鼎爐。

煉玄根。進退須明。卯酉門。鼎爐者。氣穴也。玄根。

者。卽元陽精炁。歸於根而烹之。鼎爐玄根。皆言用火。

之處言人不可只用進陽火退陰符調和進退而不  
沐浴則進退成虛幻。由是沐浴而不進退則沐浴不  
得冲和故曰須明。禪家馬祖云未有常行而不住  
未有常住而不行正陽老祖云旦暮寅申知火候。本  
酉二時以行沐浴。總陽翁已直言之矣其師正陽育  
日寅申者寅之下即卯申之下即酉或脩之至寅申  
之候。不可忘失。又曰沐浴脫胎分卯酉。脫胎之沐浴  
卯酉之沐浴也。又曰沐浴脫胎分卯酉。分者前似有  
肉而後似無也。人人不泄煉氣化神。又云沐浴潛藏  
之功。惟正陽弱於此。准萬古之秘。總是空。外道強  
制而亦成大病。悟真註疏云。子進陽火。息火謂之  
沐浴。午退陰符亦謂之沐浴也。又云果然百日防危  
險。小周天。有

進退之火。有不進不退之火。若進退不合。進退之數。不合。進退之機。不由進退。所當行之道。不合。進退之所當起止。已合。已由。不知火足之所當止者。思皆危險之所當防者也。蕭紫虛云。防火候之差失。忌夢寐之昏迷。調息綿綿。似有似無。紫陽翁云。謾守藥爐看火候。但安神息任天然。神息任天然。似大周天之火。其實上句守藥爐。則是言小周天之火。但煉藥爐中之火。雖屬有為。必竟要合。更天然自在。為妙。不如是。則非真火真候。乃外道邪說之火也。

杏林真人云

寂心行火候。定息覓真鉛。

杏林之師。紫陽翁云。惟定

此真正至妙至要之語。

內金丹

內丹秘指



廿五


紫陽翁云

火候不用時冬至不在子及其沐浴時卯酉時虛比。




虛比二字總貫串四句。不用時者不用恩書十二時是用心中默運十二時。而虛比也。冬至者。是人身中陽生時候。必要起子時之火。即稱陽生之時。為子不用仲冬子月之子也。凡一日十二時陽生。皆可言子在沐浴時。虛比于卯酉。卯在六陽時之中。酉在六陰時之中。調息每至于六時之中。☉可以沐浴矣。

又曰

不刻時中分子午。無爻卦內別乾坤。一日每時有八刻。不刻之時。是心中默運之時。虛分子午。不用有刻之時也。每卦有六爻。易也。身中借乾坤虛。

此鼎器故言無爻。此皆言煉藥行火。小周天之候也。此一句是冲虛子總結上文。眾聖真所言。百日所用之火也。門人問曰。古來眾聖真言火多。何以分別此。名小周天。爲百日煉精化炁之用。答曰。小周天有進有退。有沐浴。有顛倒。有周天度數。凡言煉藥。煉丹。守爐。看鼎。藥熟。丹成。皆百日小周天之事。故據此法而分別言。小後之聖真善學者。凡見大藏經中所未見者。一一集之。以爲後人之證驗者。

心印經云。迴風混合。百日功靈。迴風者。迴旋其呼吸。

氣之喻也。混合者，因元神在心，元炁在腎。本相隔遠，及炁生而向外馳，神雖有知而不能相用，無混合之法也。故此經云：人用呼吸之氣而迴旋也，方得神炁歸根。泥上至復命。命下至而混合之，方得神宰於氣而合一。倘無迴風之妙用，則神雖宰炁亦不知炁曾受宰否。此為煉金丹至秘之至要，用之至于百日工夫，則靈驗已顯。童體百日破休者，十年不足一日工夫，則靈驗已顯。年補之以完此先天之炁也。炁以足而可定，神以習久而可定，故小周天迴風法。之當所止也。自此而下，皆言小周天火足當止。

之景正陽翁云丹熟不須行火候若行火候必傷丹  
火足而藥熟☯不用火矣故有止火之景遇止火  
之候一到卽不須行火矣若再行火亦無益傷丹者  
則必可出鼎☯而換入別鼎☯若不取入別鼎  
則出無所歸豈不傷丹乎精化炁於炁穴炁化神於  
神室故曰別鼎

崔公入藥鏡云

受炁足防成凶火候足莫傷丹

煉得黃芽滿鼎白雪漫天嬰兒成象故火

候足矣然火候既足只宜沐浴漫養若不知止足妄  
意行火反傷丹矣丹成之後天地混合以神系自

內金丹

內丹秘指

廿七

內金丹

內丹秘指

廿七

靈仙師所謂虛空生白神  
明自來。故曰天地靈也。





紫陽翁云

未煉還丹須急煉。煉了還須知止足。若也持盈未已。  
心不免一朝遭殆辱。了真子云。切忌不須行火候。不  
知止足必傾危。此處註疏載有丘曹功按二條。  
昔丘真人曰。因長安都統設齋未及止火。至晚走失  
三番。謂之走丹。前功廢矣。須從新再煉。後成天仙。曹  
真人初煉精時。得景而不知。猛喫一驚而已。及再靜。  
而景再至。猛醒曰。師言當止火也。可惜。可惜。當面錯。



過及後再煉不誤景初而止火之速不待景至四而止火之遲不速不遲之中而止火得藥衝關而點化陽神凡真修聖真千辛萬苦萬般可憐煉成金丹豈可輕忽令至傾危哉。況凡聖關頭第一大事此皆言丹成止火之景天仙九還丹火宜此宜此煉精化炁之候備矣。冲虛子總結前採取烹煉止火等旨百曰關內事至此令學者知泰究前聖之說此已下予故曰起之舍也句止。

又

仲虛子自言百日關內之火候等秘機而總言之者。  
予故曰。自知藥生而採取。封固。運火。周天。其中。  
進退。顛倒。沐浴。呼噓。行住。起止。工法。雖殊。真機。至妙。  
思在乎一。炁貫真氣。而不失於二緒。一神。馭二氣。  
而不少離於他。見三百周天。猶有分餘象。潤等一候。  
玄妙機。同于三百候。方得。炁歸一炁。神定一神。  
精任氣凝。候足火止。以爲入藥之基址。存神之  
宅舍也。此一段是仲虛子列言百日煉精用火細微  
條目。而精脩實悟之旨也。蓋小周天是煉精時火候。

之一總名也。其中事理固多。前聖固有各言其採藥。是一候而封固。又一候達摩亦只言二候採藥者。并封二候而混言之也。又有四候別有妙用者。此乃小周天三百內之候也。我今遵仙翁而二言之。及周天時言進退候者。若不似進退而亦虛擬之爲進退。鉛汞丹法言進退者。進則用火入爐。退則不用火而離爐。此實可據而易言。或以多爲進。以減爲退。亦可據而易言。煉精者則不似此說。我今亦只強勉而虛比。不似以爲似。意謂六陽時以乾用九。☰數之。

增多爲進。六陰時以坤用六。☷。數之減少爲退。既在周天之內。進陽火。退陰符。非多少爲言。則不可若以用爲言。則甚遠矣。

顛倒者。除藥物配合。☯。顛倒則不必言。但言火候

中之顛倒。呂仙翁云。






大關鍵在顛倒

初老師言六陽時

火專主進升。而退後隨之而已。六陰時符專於退降。而進又隨之而已。曰專者。專以進升。主於採取。專於退降。主於烹煉而已。☯。曰隨後者。順帶之義。以其往來之不可無。亦不可與專主并重用也。此前聖秘。



機之顛倒也。與沐浴者。子丑寅卯十二支次第之位。凡世法有五行。故內丹有五行之喻。各有長生之位。寅申巳亥是也。火生于寅。水生于申。金生于巳。木生于亥。卯酉子午之位。是沐浴之位。故丹道活子時之火。歷丑寅至卯。借沐浴之位。神水而稱華池火工曰沐浴。酉亦如之。舉世愚人。邪說尙不知沐浴。何以得名。何由以知沐浴之義之用哉。今此只畧言捷要耳。便詳於仙佛合宗語錄中。觀此者可自查語錄中。以考其全機。

行住起止者。行則仙佛二宗之喻也。住則仙佛二宗之喻也。起則採封二候之後。小周天之所起也。止則小周天候足而止火也。人一氣者。呼吸之氣貫串真炁。自採至止。不相離。離則間斷。復貫則二頭緒矣。此由昏沉散亂之心所致。甚則二三四緒皆無成之火矣。戒之戒之。然以息氣。以貫串真炁。必主宰用一神而不離。○若內起一他見。則離。若外着一他見。則離。離則無候無火矣。焉能氣足生氣三百六十度。故曰。週一天猶曰五度四分度之一。○所謂天度





之分餘爲潤位者非也。知有潤則知天之實周矣。能實周則炁易定。丹易成。而初生之藥亦易生矣。玄妙機者。不傳之秘也。此處細玩火候一一皆要如此。若不用此。則火必不能如法。呼吸則滯於真氣。而近凡夫之口鼻重濁而爲病。不用此。則神亦不能馭二炁。而使之行任得其自然。一息如是。三百息亦皆如是。此古先聖真皆隱然微露。而不敢明言者。亦不敢全言者。不如是。雖曰已周天。近於邪說之周天矣。亦無用也。所以立妙機三字。又百日煉精化氣。

之樞紐耳。○探封煉止等候俱不可少者于一炁之外馳欲界爲姪姤之精。着視聽言動爲姪姤之助者。不外馳。○而復歸一。神能直入大定。所謂候足火止而基成。如此永爲入藥之基址。○爲存神入定之宅舍。此所謂先取白金爲鼎器者是也。而道光薛真人乃有定息覓真鉛之旨。既得真鉛大藥服食。正陽翁謂之抽鉛大藥者。卽陽精化炁之金丹也。果從何而得。亦從丹田氣穴中出。當未化炁之先。○所生也。出丹田但無形之氣微。附外體爲形。昔







曹老師因後有大藥之名便稱此小藥之名以其氣  
小故也。及煉成金丹。卽化炁之後所生也。所出也。亦  
在丹田中出。曰大藥。實有形之真炁。如火珠。亦  
是從無而入有也。黃帝曰。赤水玄珠。一曰真一之水。  
一曰真一之精。曰真一之炁。曰華池。曰蓮池。曰地湧  
金蓮。曰天女獻花。曰龍女獻珠。曰地湧寶塔。曰刀圭。  
曰黃芽。曰真鉛。如是等仙佛所說異名。不過只丹田  
所生之真炁。旣成自有之形。所以不附外形。而惟生  
于內。用於內。亦我神覺之可知可見者。及渡二





橋過三關。皆可。知。可。見。此。所。謂。脫。生。死。之。果。從。此。便。得。真。驗。矣。卽。行。火。候。煉。神。謂。之。添。汞。此。火。候。是。大。周。天。也。添。汞。者。心。中。之。元。神。○人曰汞。凡。人。之。神。半。動。於。晝。而。陽。明。半。靜。於。夜。而。陰。昏。陽。如。生。陰。如。死。修。煉。之。士。必。以。昏。昧。而。陰。者。漸。消。去。之。故。消。一。分。陰。添。得。一。分。陽。去。二。分。三。分。四。分。五。分。陰。則。添。二。分。三。分。四。分。五。分。陽。漸。漸。逐。分。掙。到。消。盡。十。分。陰。添。足。十。分。陽。謂。之。純。陽。純。陽。到。無。陰。睡。謂。之。胎。全。神。全。所。以。古。人。云。分。陰。未。盡。則。不。仙。此。皆。添。汞。之。說。也。然。所。謂。添。者。

必由于行火。周天之火。有火則能使元炁培養元神。元神便不離二炁。而皆空皆定。直至陽神果滿。若不添汞行火。以神馭火。則神不陽明。如何行得火。添得二分五分陽明。方行得三分五分火。惟陽明則得二炁。而培養元神助成長覺。若真炁斷。而不生。正是不定。而藥不生之說。此時乃證長生不死之果也。若不煉神。則陽神不就。終於屍解而已。煉神者。煉去神之陰。而至純陽。全無陰睡火足。炁定而神俱定。方是陽神成就。煉神之法。全由二炁靜。

定同之入滅。化二炁人。少有些兒。不如法則神不  
煉。陽不純。不能出神。但于十月之內。不曾出定者。俱  
是屍解之果。何故。但有凡夫之呼吸習氣。卽有凡夫  
之生死。最怕水火刀兵。☉分。解形神爲二。所謂屍  
解者。有生死之道也。不行大周天之過也。二炁及神  
皆不入定之故也。丹旣成。☉生。旣長。安可不入一  
大定哉。後學聖真勉之。故九轉瓊丹論云。又恐歇氣  
多時。卽滯神丹變化。此三句是冲虛子引足上五句  
之意。自而道至變化十三句。又冲虛子于此承上起

下分別聖凡至要天機。歇氣者歇周天火候之氣。或得坎中。人。實來而點離中之陰。勤勤點化離陰爲純陽。既得坎實。而點離陰矣。不卽行大周天之火候。則坎實亦不勤生。以點離。或行大周天火候而不合玄妙天機。猶之乎不行也。亦不能勤生坎實。以默離陰。便遲滯離陰之神。爲純陽之變化。神丹者卽坎實曰。金丹既點離則二炁漸化神。二炁漸無。獨有神之靈覺在。故亦曰煉炁化神。純陽祖云。從今別鼓沒弦琴。別鼓者另行大周天也。明說與小周天不同。

沒弦琴者無形聲之義。然大小固不同。行火者必先  
曉得清白。而後可以言行。火紫陽真人云。大凡火候。  
只此大周天一場。大有危險。切不可。以平日火候例  
視之也。廣成子曰。丹灶河車。休矻矻。鶴胎龜息。自綿。  
綿。言不用河車者是。百日小周天之事。已通。故不必用。今當十月大周天之功。  
只用鶴胎龜息。綿綿然之火也。上清玉真胎息  
訣云。吾以神爲車。氣爲馬。終日御之而不卷。前  
百日以陽精。轉轉河此胎息。則以轉神入定。以神  
爲車。以氣爲馬。以御神車。是喻煉炁化神。後學

亦須分辨着。白玉蟾云。心入虛無。行火候。入虛無者。是神炁入定。而不着相。丘真人所說真空是也。雖行大周天。不見有大周天之相。便是虛無之妙。范德昭曰。內炁不出。外氣不入。非閉氣也。世人言閉氣者。強制也。仙道別有天機。不與旁門強制同。雖內不出。外不入。有真息。合自然之妙運者。所以入定。白玉蟾云。上品丹法。無卦爻。蓋小周天化炁。是有卦爻。小成之火。大周天者。是無卦爻。大成之火。以其化神。故曰上品。彭鶴林曰。若到丹成。須沐浴。

內金丹

內丹秘指

世

丹成是前金丹之成沐浴者是大周天之喻言丹成不必用  
小周既入十月之  
首不須用大周




正陽老祖云

一年沐浴防危險。伍真陽曰沐浴在小週天。固爲喻。  
今言於大周天。亦爲喻。在小周天。曰二時二月之喻。  
此言大周天。言一年之喻。在小周天。可以小喻在大  
周天。可以大喻。大防危險者。防一定必有之危險也。  
若仙機有出入。則不定其沐浴。若佛法不久住。亦不  
定其沐浴。沐浴最貴有定心。防危險者。正防其心不



定防其沐浴不如法洗心滌慮又云不須行火候爐裡自  
溫溫此言十月不必用有候之火常溫溫然無候之  
火不寒不燥不有不無方是溫溫的真景象王重陽  
老祖云聖胎既凝養以文火安神定息任其自然  
道光曰一年沐浴防危險十月調和須謹節沐浴者  
無候之火卽大周天也謹節者謹守沐浴之理也防  
危者防其沐浴而外馳不定也○若一年而得定  
之後必時時在定年年却却俱在定又非止一年十  
月之說而已陳虛白云火須有候不須時些子機關

我自知有候者。大周天之火。☉。無候之候也。乃似有似無之妙。不須時者。不用十二時爲候。故可入無爲。些子機關。是似沐浴。而非沐浴。☯。常定而神常覺。故曰我自知。若不知。則昏沉火冷。而丹力遲也。紫虛云。定息如如。行火候如如者。是如有如無不無。☉。定意於如有如無之候中。方得大周天之真候。☉。方是真行。又云。看時似有覓時無。大周天入定。本入於虛無。若徒然着無。則落空矣。故曰似有似無。☉。不空而空。却是無。方是真空真定。又曰不在呼。

吸并數息。天然子母自相親。有呼吸數息。是言有爲者之事。今旣入定。不在有爲。專任天然。以證無爲。又云。守真一。則不往來。真一者。在前煉精時。煉而所得真精。曰真一。此煉炁時。乃真精之炁。得真神。用真息之炁。守之。三者合還神。曰真一。俱定不動。是息已無息矣。焉有往來。古云。火記六百篇。篇篇相似。採真鉛。昔叅同契亦云。火記六百篇。篇篇相似。却未說出採真鉛之妙旨。此言似採真鉛。則玄中又玄者。盡於是矣。採真鉛者。薛道光所謂定息採真者。

是也。篇篇相似。總歸大定。馬丹陽云。工夫常不間定。息號靈胎。○定息於室。神自守息。而爲胎。息定無間斷。神亦常覺。而無間斷。而胎神始靈。杏林云。不須行火候。又恐損嬰兒。初入十月之關。必用火候。○煉炁化神。而成嬰兒之胎。嬰兒喻神之微也。及胎成。嬰兒亦成。○將出現於外之時。則無用火矣。若再用火。是嬰兒未完成之事。豈不有損于嬰兒乎。中和集云。守之卽妄。縱之又非。非守非妄。不收不縱。勘這存存的誰。○大周天入定。似有似無。似有卽神炁。

之定。○似無是神。炁在定而不見在定之相。若曰守便着於有。着有卽起有之妄念。縱之而不照。則神炁離而非定之理。但微有似存。若二炁存則神亦存。神存而二炁存。俱存在定。○便俱虛無無上之妙境在是矣。

鶴林子云。及至打熬成一塊。試問時人。會不會不增不減。何抽添無去無來。何進退神炁合一。○俱定入一塊。則無火矣。不似小周天之有增減不增不減。不有抽添。息無往來。有何進退。此歸一而漸歸于無。

之說也。張虛靜云：真候全，非九六交也。非顛倒，非進退機。同沐浴，又還非定空。久定，神通慧真候者。火候定而空矣。不用小周天之九六，不同其顛倒沐浴等，而惟定空。久定，久空，神通慧照，朗然獨耀。同於世尊之涅槃，而滅盡定矣。丘長春云：息有一毫之不定，命非已有。有息，則有生死。無息，則生死盡矣。心定，息至，無則命爲我所自有。由我得無死之道也。若有一些息不盡，定則命在息，而不爲我有矣。由天地陰陽間，君所主張矣。此皆言煉炁化神。

十月養胎大周天之火候也。此又冲虛子總上文。衆聖真所言大周天火候一段而言之也。予亦曰大周天不計爻固非有作。温温相續又非頑無。初似不着有無終則全歸大定。○切不可爲無以爲自了。則落小解之果。又不可住火以爲常行。則失大定之歸。將有還無一到真定。則超脫出神飛昇冲舉之道盡之矣。此予亦曰起盡之矣止。○又冲虛子自言大周天之旨。又兼叮嚀勸誡者。不計爻象者。○乃無爲之異於小周天。有温温非全無。○是周天初之




似有似無之實理也。大周天之初正是一二三月之時。曰似有者。尚有有。曰似無者。未真無。所以猶有些子。凡夫食性在。猶有些子息。故也。乃至全歸大定。息無。食性無。所以金碧龍虎上經云。自然之要。先存後亡。

王吾俞琰又註之曰。先存神于氣穴。而後與之相亡。神自凝息。自定是也。然又當知火本欲歸於無。若不知先似有之妙。而據執曰。本無何必用似。于有則必墮在全無而不能至真無。落于尸解之





之總要也。我又以化炁化神而總言之。前百日煉精化炁。必用有爲之工。是從無而入有。○卽佛法中萬法歸一之義也。後十月煉炁化神。必從有息至無息。是從有而入無。○卽佛人四禪滅盡定也。是一歸于無之說也。此仙佛二宗之秘法。不可少之要機也。○冲虛子今爲後來聖真重宣明之。以接引後聖師印證仙傳。并免後學執有爲執無爲。執有候執無候之爭立門戶而妄擬之者。若此天機。○自此句至至結尾句了。及皆冲虛子總結火候全經之言。再指

煉神還虛向上之秘機。以爲後聖證群仙直語。  
已前群仙皆有直言在世。而人不能悟。固非全露。從  
古至今言火候者甚衆。并未全言。或一句二句而已。  
既不全。後人如何作用。如何擬議。所以世之凡夫妄  
猜。唯有仙分者。自有仙人來度耳。然散之各言其畧。  
集之則序言其詳。完全火經。不必盡于予之齒頰。而  
此書出世。則爲來劫萬真火經根本。從來見者。自能  
從斯。了悟。不復疑墮旁門。旁門者。有相之  
火。忍氣着相。稱爲行火。知此仙火自然之定。則不復

爲強制之耶。而陽神自就。劫運自超矣。人習定入  
定。成定。皆爲出神。超神之所必用。而必證果者。故于  
此歷年所證。但於出神之後。煉神還虛。九年之妙。雖  
非敢言。而冲和集云。九年三載常一定。人便是神。  
仙亦直言之矣。出陽神是初成神仙時。卽母腹中初  
生的孩子一般。雖具人形。尙未具足之人形。故喻曰  
嬰兒。故古言曰。孩兒幼幼。小未成人。須藉坤娘養育  
恩。乃喻爲乳哺。哺三年前。聖所言成就一二年是也。  
乳哺者。神炁已定。人而又加定之意。加至千常常

在定而不必于出便是乳而又乳至于成大人一般  
神既老成若卽行煉神還虛九年之工。則此卽  
爲九年内之煉數。若有救世之願未完。且不必煉九  
年而權住世以救世。及欲超世而上昇虛無則  
必從九年而還虛矣。實非世學所能輕悟。輕用者必  
誤了道之士。

以虛無實相而用之了道之士。是出定之神仙。爲得  
定。是得虛無之初基。而後可致虛無之極致處。方能  
悟此用此。第不可一乘既得便稱了當。不行末後還

虛則於神通境界。必竟在脚不得神通境在化  
神時神也。通靈而無碍。在還虛時神也更加通  
靈而無碍。此言神通是言初得之神通。尚未大成故  
曰。在脚不得。若。則止于神仙。猶有還虛而  
王天仙者。後來者。共勉之。豫章三教逸民  
丘長春真人 第八代 分符領節

遵

上帝法旨。所受之符節同。

佛祖之衣鉢。宗祖之帕。受道弟子伍冲虛書於

旌陽識記 于二百四十二年之明時  
萬曆乙卯春王正月集此最初發筆作此起

內金

內丹秘指

四



煉已論第五章

已者卽我靜中之真性。○動中之真意。○爲元神之別名也。以吾心之真性。本以至宰乎精炁者。○宰之順以生人。由此性。宰之逆以成聖。亦由此性。有不得其先煉者哉。○  
當藥生之時。不辨其爲時。煉藥之後。不辨其爲候。○藥將成。或以已念而復失。○神將出。或以已念而復墮。欲其氣之清真。已未純。必不得其清真。欲其神之靜定。已未純。必不得其靜定。安能超脫習染。○

而復炁胎神哉

古云未煉還丹先煉性。未修大藥且脩心。蓋爲此而言之也。昔馬自然云。煉藥先須學煉心。對景無心是大還。張虛靜云。欲得身中神不出。莫向靈臺留一物。能煉之者。因眼逐於色。而用觀。則煉之于不觀。耳逐於聲。而用聽。則煉之於不聞。平常日用。必當如是。先煉則已。念伏降而性真純靜。所以元始天尊得道了身經云。聲色不絕。精炁不全。萬緣不絕。神不安寧。必先煉之。煉炁煉神。方不爲境。

物顛倒矣。採藥而藥卽得。築基而基卽成。結胎必就。方名復性之初。而煉已之功得矣。蓋先聖始言煉已者。謂其有諸相對者。○是性之用於世法。世念中而逆旋言之也。終言煉已者。以其無相對者。○是獨還于虛。而寂滅盡定而言之也。始終皆煉本性。而成真能全真性者。卽仙也。非真性者。卽非仙也。世之愚人不知仙。卽是佛。謂仙必竟與佛不同。不信請法華經云。仙人授佛妙法。如來因之成佛。又不信請華嚴經云。如來天仙道。微妙難思議。既不信佛言。又何

必強談佛不但謂不知仙不知佛

而亦不知自己真性徒狂言妄語以惑世自墮於仙  
佛法海之中。不能見一浮漚真可憐也。

築基論第六章

冲虛子曰。脩仙而始築基。築者漸漸積累增益之義。  
基者修煉陽神之本根也。安神定息之處所也。  
基必先築者。蓋謂陽神之所成就。純全而顯靈者。必  
常依精炁而爲用。

神元屬陰。精炁屬陽。

依陽精真炁則能成陽神。不依陽精真炁則不能成陽神。止爲陰神而已。精炁旺則神亦旺。而法力大。

精炁弱耗則神亦耗而靈光弱。

此理之所以如是也。欲得元神常住而常靈覺亦必精炁常住而長有基也。自基未築之先元神逐境外馳則元炁散元精敗基愈壞矣。

且精之逐於交感年深日久戀戀愛根一旦欲令不漏而且還炁得乎。氣之散於呼吸出息入勤勤不

已一旦欲令不息而且化神得乎神之攝於思慮時  
遞刻遷茫茫不已一旦欲令長定而且還虛得乎此  
皆無基也是以必用精炁神三寶合煉精補其精炁  
補其炁神補其神築而基成。☉。唯能合一則成基  
不能合一則不成基所謂打成一片正爲此而言之  
也。

及基築成精則固矣。炁自還矣證人仙之果矣。爲出  
欲界昇色界之基者。以此爲十月神定者之基。以此  
而九十月不昏睡者。有此基也。十月神不外馳而得

入大定者有此基也。所以

煉炁而炁卽定。絕無呼吸一息。  
煉神而神卽虛。而不昏迷一睡。◎

此所謂陽神之有基也。基成由於陽精無漏。而名漏盡通。無基者卽無漏盡通也。一陰靈之性。五通之果也。五通者。陰神之神通也。若陽神則有六通。多漏盡通也。

六通者。天眼通。天耳通。神境通。宿命通。他心通。漏盡通。此一通爲陽神之所多。餘五通陰神同。不免死於

此而生於彼。宅舍難固。陰神何益哉。陽神之基。可不亟築哉。可不亟究哉。彼淫妬敗精者。反誑人曰。採補築基。欺騙愚夫。大悖正道。可不誠之哉。世人乃不知先天爲至清至靜之稱。所以變而爲後天有形之精者。此先天也。動而爲先天無形之精者。亦此先天也。判而爲後天有形之呼吸者。亦此先天也。此順行之理也。

元炁爲生身之本。①凡一身之所有者。皆由元炁之所化生。至於逆修。不使化爲後天有形之精者。固



此先天也。不使動爲先天無形之精者。定此先天也。不使判爲後天有形之呼吸者。伏此先天也。證到先天始名一炁。是一而爲三。三而復一。有數種之名。卽有數種之用。故不知先後清濁之辨。亦不可以採取真炁。




### 煉藥論第七章

冲虛子曰。仙道以精炁神三元爲正藥。元精元炁元神曰三元。皆先以煉三合一。爲煉藥。鬼谷子云。道以至神爲本。以至精爲藥。以冲和爲用。以無爲爲治。長生


久視之道成矣。若不如。此卽非金液大還丹之法。其理最精微。其法最秘密。

昔鍾離祖

曾十試於呂祖。丘祖。受百難。于重陽。我伍子切問道。二十載。於曹逢師。於萬歷癸巳冬三月。受全道。於壬子年三月。以壬癸計之。二十年也。方纔有得。是以世之茫然學道者。及偶然漫談者。皆不知何者爲真藥。何法爲真煉。徒然空說。向自己身心而求。實不知有至靜之真時。真機也。夫至靜之真時。真機者。以是




此身心靜極。卽喻亥之末。子之初也。陰靜極。必有陽動。則炁固有循還。真機自然復動。此正先天無形。無炁。將動而爲先天無形之元精也。卽此先天無形之精。便爲藥。既有藥。炁生機。必有先天得藥之覺。卽以覺靈爲煉藥之主。以冲和爲煉藥之用。則用起火之候。以採之。利見大人須辨藥之老嫩。採之嫩則炁微而不靈。不結丹也。採之老則炁散而不靈。亦不結丹也。得藥之真。如九二利見是也。初九之無用亦非上九之有悔。旣採歸爐。則用行火之候。以煉之。行小周天之火也。藥

未歸爐而先行火。純陽呂祖曾誠之曰。無藥而先行胎息。強留在腹。或積冷氣而成病。藥竟外耗而非爲我有。藥尙未入鼎中。而妄行火。卽所謂鼎內若無真種子。猶將水火煮空鍋。不成大藥。藥已歸爐。而未及行火。則真炁斷而不續。亦不成大藥。藥在外。由火以採之而歸爐。亦由火烹煉之。方在爐中成變化。已得藥歸爐。火斷而不行。則真炁亦斷而不任。及再行火。雖周一天。終與前不續。如何成大藥。所謂外火雖動而行。而內符不應。則天魂地魄不相

交接是也。若肫肫然加意于火，則偏執着于火，而藥亦消耗。執着用心于火，則着有相而急燥近于外道之存想，非自然之天機妙用。若悠悠然不知有火，則昏迷散亂。行火之時，若心不成，則不靈或昏迷。十二時之行，或迷失刻漏之數，或忘沐浴之候，或不知以何數周于天，或已週而猶不止，皆是失火而藥亦消。火不能留藥焉，得不消，即神不留炁之意。皆不成大藥。已上皆言孤陰寡陽，偏有偏無之危險也。若火間斷而工不常，藥雖將成而復壞，火所以煉藥。古云：火藥一處居，行火之法愈久而愈密。愈密而愈精，斯則必成大藥。

必成服食。或有時神逐見聞。淫念馳外。而着魔則離火。火離藥工不常矣。如何成大藥。雖將成。猶有退散之危險。若久行火而不知止足。藥雖已成。而復壞火足矣。卽成大藥。安得不止火。於此而採。而藥則不復爲後天有形之精。若不止火。不採。而不能生服食之大藥。則大藥必隨生機而將妄行矣。皆不成服食。修真必使神炁相均相合。火藥適宜。以呼吸之氣。乘真氣爲動靜。以真炁之動靜定真息之根基。

真炁歸根。則真息亦定于根。二炁合一。千根以爲胎神之

也。基則大藥卽不着于一偏。又無強制縱失之患。如此而採方得小周天之妙理。方成長生之大藥。始名外金丹成也。馬丹陽云。因燒丹藥火炎下。故使黃河水逆流。玉芝書云。玄黃若也。無交妬。爭得陽從坎下飛。此祖祖真真服食飛昇之至寶。乃上上之玄機。學者叅悟而精脩者也。得此真藥服食。自可進修行大周天之火。以煉炁化神。煉炁。而息定。煉神而神圓。陽神昇遷於天門而出現。神仙之事得矣。中關十月之事畢矣。其後面壁煉神還虛。九年一定。

以神仙而頓悟性于無極。○形神總煉成一個不壞清虛聖身皆由煉藥而成。台仙機而得成丹。成神之  
所至也。故凡大脩行上關大成事。必如此則畢矣。於  
此法中。始于百日採藥。而成服食者。○無量壽之  
地仙也。中而十月胎成。脫出陽神之果者。超出陰陽  
之神仙也。○終而九年面壁。煉出還虛之果者。超  
出盡劫運之天仙也。○初得神仙。乃得大定。而出  
定。但得定由於守中。而出定則居泥丸。故世尊已入  
滅。而亦入于泥洹是也。至此後還虛。而又入定於泥



九古云。性在泥丸。命在臍。蓋言了修命之事在泥丸也。

泥丸之定。則非從前者比。九年一定者。特以始入之時。而畧言之。或百年。千年。萬年。一劫。百劫。千劫。萬劫。皆可入爲一定。此正天仙佛之超劫運者。有緣得遇者。見此天仙直論其亦齋心以識之。

### 伏氣論第八章

冲虛子曰。人之生死大關。只一炁也。聖凡之分。只一伏氣也。而是伏羲乃爲伏藏伏也。而亦爲降伏。



藏伏者 深藏歸伏于元氣之根 降伏者 受攝  
嚴密不許馳于外 此二者 亦有防危慮險之意

唯能伏氣

則精可返而復還為先天之氣。神可凝而復為先天  
之神。所以煉精者欲以調此氣而伏也。



煉精小周天。調其息而伏。為其不能頓伏。故用漸法  
調而伏。所以煉神者。欲以息此氣而伏也。

煉神大周天。胎息其息而伏。為其不能頓息於無。  
故亦用漸法。胎息者其息似有似無。乃至無有無無。  
而伏於寂靜。

始中向上之工。只爲伏此一口氣耳。所以必伏而始  
終皆伏者。是何故。蓋當未生此身之時。就二炁初結  
之基。在丹田。○。○。隱然伏藏爲氣根。久伏于靜則動  
而生呼吸。○。○。是知靜伏而後生呼吸之氣。以成人  
道順生也。

而是逆修。曰仙者必當由呼吸之氣而返還復爲靜。  
○。此氣伏伏氣之順逆理也。及呼吸出于口鼻而  
專爲口鼻之用。呼吸出于口鼻則生死之途矣。離口鼻則離生死。  
真炁發散於外。

遂至滯損此炁則爲病耗散此炁則爲死。○蓋不知伏法及所以伏之故。伏者欲將呼吸。復還於炁穴。○而後元炁能歸元神能凝三者皆能伏於氣穴也。而亦不知行其所以伏

行其所以伏者

言有至妙至秘之天機。呼吸合于天然真。真元炁得合。○當生當採者之時爲真。元神合虛極靜篤者爲真。○三者皆真。而後得所伏之理行之而必成。不然則是外道也。安能保其久生而超生死於浩浩

劫之外耶

有等妄言伏氣者。而不知伏氣真機

終日把息調。而口鼻之呼吸尤甚癡心執閉息。而腹中閉塞難容。哀哉。此妄人之爲也。安能見其炁之伏而靜定耶。

邱真人曰

息有一毫之不定。命非已有。息得呼吸絕無則生。死之路絕。息有呼吸不定。故不免。古人託名調息者。世人之息一呼一吸均於生死。平無用調矣。仙家託名調息者。非世法之用。乃調其

無氣。而至有爲。其以神馭氣行之。必住。住之必行。在乎停住之間。而調之也。隨往來之理。而不執滯往來之形。欲合乎似無之呼吸也。似心息相依之說。

古人託名閉息者。

而內則空空。如大虛應物。欲合乎無極中之靜伏也。此伏氣之要。正修工實用。所以證道之工也。但此天機妙絕。不易聞知。

無極者。無一氣之始。一判則爲天地。

今言無極者。乃言天地及一氣俱未有之先。即如父母尙未有之先。正是言虛極靜篤景象。妙悟必至。如此爲真靜伏。

總之爲化炁之神之秘機。

古人云長生須伏氣。自周天而歷時日年劫。惟伏此氣。言有一小周天之所伏。有一大周天之所伏。一日之所伏。一年一劫之所伏。或暫或久而能成其一伏者。真有道之士也。

此氣大定。則不見其從何而伏。始亦不見其從何而。

伏終。無終無始。亘萬古而無一息。○。○。與神俱空。但靜。斯謂之形神俱妙之境也。

唯聞天仙正道者。方能識得此理。

唯有三寶全得者。方能頓悟此工。

三寶者。元神。元炁。元精。若一寶非元。則不爲寶。屬於後天者。無用。亦不得爲全功。

此功者。卽上

內如太虛。○。○。證入無極靜定者。言若三寶會合。○。煉成化炁。而後可行常定。大定工夫。若未化炁。則亦



無用此爲有大志聖真請究之而實悟之。

◎

### 胎息論第九章

冲虛子曰。古胎息經云。胎從伏氣中結。炁從有胎中息。斯言爲過去未來諸佛神仙天仙之要法也。男子身中本無胎。◎

而欲結一胎。必要有因。

則因伏炁于丹田氣穴中。◎而結胎是從伏氣中而結也。元炁靜而必動。欲得元炁不動。必要有伏藏。

因有胎卽藏伏之所。乃息而不動是炁從有胎中而息也。胎因愈伏氣而愈長。氣因愈長胎而愈伏。共修成一個圓滿胎神。斯所以爲神仙天仙之要法。非此抑將何以成之。

然胎息與伏氣本是一事。何分兩論。只因懷胎必用胎息而後成胎。而神住胎。古人皆以胎息言之。今亦詳言於煉氣化神時也。伏氣之說爲伏氣。

而得精還化炁

煉藥以得大藥。古人只言伏氣。今因亦言之。言伏氣。

雖兩言之中則互明其理。今人知兩言之妙而  
不妄疑妄執其爲兩。

予願再詳譯而直論之

夫人身初時只二氣合一爲虛空中之一氣也。無胎  
也。無息也。因母呼吸而長爲胎。因胎而長爲胎  
息。及至胎全。妙在隨母呼吸而爲呼吸。所以終日呼  
吸而不逼悶。此言不由口鼻。只臍相連。故能似無氣  
息一般。

此真正胎息景也

古人謂內氣不出。外氣不入。非閉息之說。正言由臍相連者。⑤離胎而息。即斷無母臍與子臍相連。不得。不向自身口鼻起呼吸。即與胎中呼吸同。而暫異其數。

### 逆修返還之理

安得不以我今呼吸之息。而返還爲胎中之息耶。凡返還呼吸時。以口鼻呼吸之氣。而復歸于胎息之所。抱朴子曰。得胎息者。能不以口鼻呼吸。如在胞胎之中。則道成矣。⑥

臍間元炁結成丹

如處胎息之時。漸漸煉

息亦真無。

真無者。滅息靜定之義也。

①

謂胎中之息亦真無之。此正禪

家萬法歸一。一歸於無之說也。

方是未生時。而返還於未有息。未有胎之境界。不落生死之途者矣。

所以得如此者

亦非驀然無所憑依配合。便以呼吸歸中。可爲胎息者。②但呼吸之氣。最難制伏。必有元炁相依。③方可相定。而成胎息。然胎息何以知其成也。④以

呼吸歸于胎息。則口鼻無呼吸而成胎息。是其真成也。終不復至口鼻爲呼吸。真神定者亦似此。

若凡夫外道不知元炁者爲何。而妄曰人定心息。其息久住于胎。

○所雖忍氣而氣無所容。及氣急殺人而終不能強忍。口鼻之氣更呼吸浩浩。皆由悖却。世尊所謂無生法忍之所爲也。世之假道人假禪人皆如此。亦後學聖真之所當辨。而自防危險者也。所謂孤陰不成者。此亦其一也。

呼吸之氣乃後天有形之陰物。故亦如此言之。陰物陰精必要有。


先天氣機發動之時。☯。又有元靈獨覺及呼吸相依。三寶會合。已先煉成大藥者。卽轉歸黃庭結胎之所。☯。於此之時。

此時者是當此結胎之時。

因上文句

皆言先時所化

炁。而至此始言結胎之意也。此正申明必要煉精化炁。以炁助神。以神主胎。以呼吸。☯。結胎。方成真胎。息而後以胎息養胎。神得神炁。乘胎息之炁。在中一定神炁與胎息相乘。方是有配合的修真胎息之功。所以能成真胎。☯。得真定。若無是炁。便不是金剛。

不壞之身坐中只有昏沉瞌睡如何能長覺長明以  
長馭炁入大定成胎乎有間斷即炁入大定即  
是結胎之始。正入藥鏡云。初結胎看本命即本命  
者二炁也。元炁爲生身之本。呼吸炁爲生身之具而  
結胎之初。必要本命二炁。隨神之號令。同凝於中而  
爲真胎息者也。如是久久。無一息之間斷。綿綿密密。  
無時無刻。而不是在胎中。無息之景。真正陽神大定。  
絕無動靜生滅。即是胎圓。

乃進還到如母胎初結一炁未成我而未分精氣助



神之時正入藥鏡云所謂終脫胎看四正而得者看  
四正驗四正工夫之有無也。有則胎尙未圓以其有  
乃胎之工也。無則曰滅盡定而陽神成就矣。胎息還  
神固曰畢矣。畢其十月中關之事。神仙之證也。  
又後工夫

猶有向上

鍊神還虛而證天仙者在。所以必當知故遷神于上  
由而出天門。以陽神之所顯見者。一倏出而倏入  
何也。當前十月之內。而或有出者。是不宜出之出也。

由六根之爲魔而妄出。魔者陰魔。陰氣未盡也。妄出則神走而着魔境。而息亦走于口鼻。必急入則依於息而歸胎。此一段再詳指示人以十月內之所當防此危險者。

此時之出是當出而出也。

昔藍養素胎成。宮出而不知出者。故劉海蟾寄書

與知指示故起一念出。而出陽神于天門。

天門者。卽傳道集所言頂門是也。

古人于此贊之曰。身外有身者。是也。

若出之久。恐神迷失。而備念。

古言十步百步切。宜照顧者此也。

故卽

入上田。而依有虛無之定所。以神出胎。

喻同人生之幼小。須三年乳哺。乳哺者以定爲  
乳哺也。

又言九載三年一定者。言出定之初時而入定。以完  
成還虛之天仙也。證到至虛至無。卽證天仙矣。

然是時也

入定時多出定時少。又宜出之勤而入之速也。  
我故曰。出定之初。卽爲入定之始也。雖天仙已證。亦  
無不定之時也。

此猶

天仙佛以上。無仙無佛之妙境。而天仙佛之至者也。後來聖真共知之。共證之。

此書稿成於

天啟壬戌歲。竇欲藏之。爲門下學者。又非普度衆生之心。專於己。而不兼乎衆。並非善與人同之意。故此集註。以傳後來。使世之留性命。專心道德者。有緣遇師。傳之口訣。得此書印證。自有悟入。如雲開月皎。塵靜鑑明。包諸幻以歸真。總萬法而歸一。三元循於內。神自朝元。依此而行。精思不怠。乘白雲而歸。

故里端從此始矣。

天仙直論長生度世內煉金丹法終。

內金丹

內丹秘指

卷二

内金丹

内丹秘指

卷二

--	--	--	--	--

道藏精華第四集之七  
文山遜叟蕭天石主編

立  
命  
篇

自由出版社印行





讀立命篇

人稟天地之正氣。陰陽之化育。而有此身。身者形之所寄。而命存於其中焉。命非形不存。形非命不立。苟非立命。何以保其形。而使之長生哉。是故全形惟道。立命惟術。術者何。乃竊天地生生之機。奪陰陽化化之權。顛倒坎離。升沉金木。採鉛運汞。聚氣凝神。鍊就大丹。脩成胎仙。返本還元。歸於無極。形由是全。而命卽於此立矣。四明玄陽子。情耽泉石。志在烟霞。默參丹訣。獨得玄機。道德五千。悟徹性天之趣。金砂二八。

潛修黍米之丹。有仙機之活潑。無俗慮之紛紜。優游自在。樂何如之。予過訪焉。見手撰立命篇一卷。備言烹煉次第修養功夫。洩先天之秘籙。爲後學之津梁。雖馭風躡雲。餐霞吞月。代不乏人。若玄陽子真。可謂尙友古人者矣。他日功成蟬蛻。物外逍遙。未始非大羅天上詠霓裳之一人也。敢筆數言。聊以誌嚮慕之意云。

光緒昭陽協洽歲余月穀旦鹿峰山抱拙子謹識

立命篇序

夫人生在世。富貴功名。恰似黃梁之夢。夫妻恩愛。分明綠水之波。光陰如駛。日月如梭。試看古今多少英雄。盡卧北邙山中。思量及此。實可悲也。奈今世人。皆爲利名所羈。恩愛所牽。不能解脫。回頭登岸。甘自沉淪苦海。豈知韶光迅速。春秋易逝。分明紅顏。轉瞬白首。一朝大限臨頭。父母永別。妻兒分離。斯時雖金玉滿堂。非君所有。而相隨者。惟有一生罪業也。一點眞性。無常引見閻君。爲善者。不過托生良善之家。無非

得個來生福報而已。終不能脫殼登真。作惡者難免披毛戴角之類。而再復人身。豈容易哉。故云千年鐵樹開花易。一失人身萬劫難。若不修大道。奚免輪迴。古之仙者。立勇猛之志。發長遠之心。千難不退。萬魔不改。勤修至藥。鍊就大丹。方能跳出輪迴。超昇天界。五行不能陶鑄。閻羅不能管轄。真所謂逍遙自在。物外神仙。余雖托跡塵寰。而志在修煉。幼自好道。少失怙恃。吾父守虛子。亦好混元真一之道。忽然一朝長逝。形歸太陰矣。得遺下悟真篇一帙。乃紫陽仙翁道

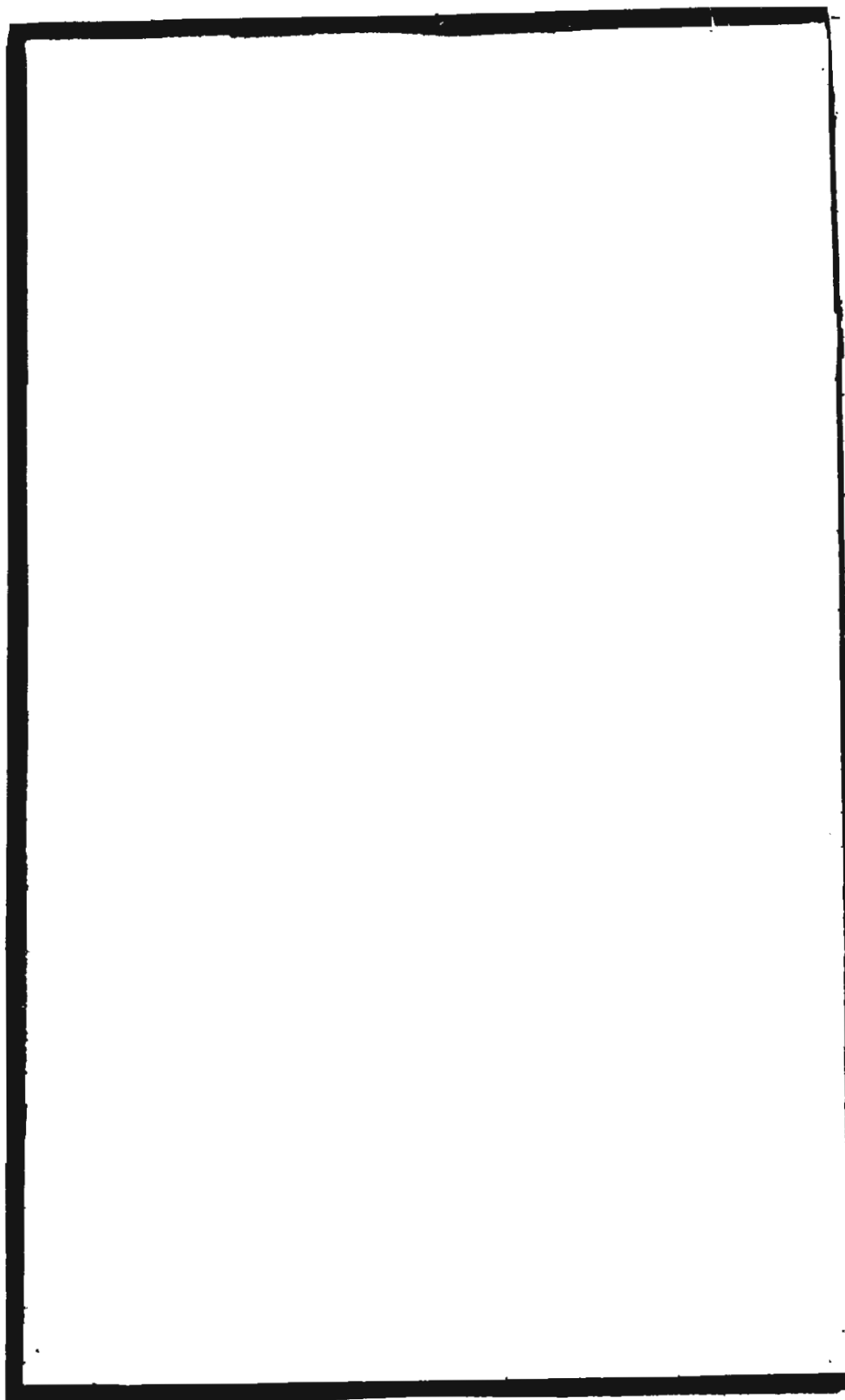
成之後而作以示後世。知修煉之有法。書中備陳金丹火候藥物。又得薛道光陸子野上陽子三真人註之。可謂盡發其蘊。其中秘密天機。何常不露。學人自不窮究耳。余初讀之。玄理奧妙。深不可解。如望洋然。茫茫無緒。然終不忍釋手。時時研究。刻刻細參。甚至廢寢忘食。夢想寐思。未常離其左右也。後於同治丁卯時。余十有七歲。果然天不負人。忽爾一旦心靈竅開。頓悟玄機。質諸丹經。無不脗合。真所謂悟一通百。天機了然。始知神仙之道。近在目前。人人皆可學而

得之。若修之者終不外乎世法人情之理。陰陽同類之妙。又何必離家棄妻。孤入深山。方謂修煉哉。古云。離家非道。誠良言也。得訣者何妨隱居市朝。潛修還丹。余乃通玄妙之機。汞鉛之術。何敢獨善其身。不爲慈航普渡哉。故撰立命篇以洩玄微。其中金丹藥物火候爐鼎玄牝築基煉已採藥煉丹結胎溫養脫胎神化面壁還元九轉次第之功夫。無不悉備。實爲苦海之寶筏。昇天之靈梯。又有七言四韻一十六首。傳後世修真之士。明白採取法則。烹鍊次第。則有下手

之處。不致墮於旁門曲徑。惟願後學個個成仙。同登天界。乃余之厚望也夫。

時在

同治壬申孟冬之望四明玄陽子序





立命篇目錄

金丹

藥物

火候

爐鼎

玄牝

先天一氣論

一轉 修築丹基

二轉 金水鑄劍

立命篇

目次

三轉 採藥歸壺

四轉 運火煉丹

五轉 靈丹出爐

六轉 溫養道胎

七轉 調神出殼

八轉 嬰兒乳哺

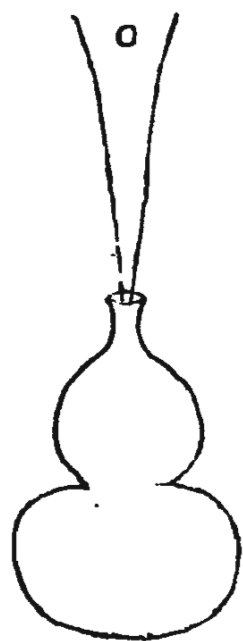
九轉 面壁還元

附面壁坐禪圖

七言四韻一十六首

金丹圖

二氣陰陽  
鍊作團丸  
還七返號  
金丹自從  
一粒來吞  
日白日飛  
昇生羽翰



一爐火候金丹熟

九轉功成皓月圓

## 金丹說

金丹乃陰陽之祖氣。天地之造化。鉛虎汞龍。交結而成。號曰九還七返金液大丹。人服成仙。雞餐變鳳。豈虛語哉。夫學人修此金丹。先須築基煉己。則三年煉已純熟。塵心已滅。慾念皆空。不被色魔所害。方能入室採藥。結丹頭。於片晌工夫。無多時日。蓋先天大藥。產於混沌之初。杳冥之間。乃托真土爲媒。引龍驅虎。會合其間。使兩情相投。二氣相啖。互各畱戀。行乾坤顛倒之作。用水火既濟之妙。工逆而收歸於黃庭中。

宮鼎內。則有先天真種。然後可以起火烹鍊。子進陽火。午退陰符。晝夜抽添。運行不息。奪得天地權衡。竊得陰陽造化。必使爐中之火。無所差殊。則爻象不失。列宿無違。鼎內之丹。漸鍊漸熟。百日功靈。圓明一顆。吞入腹中。遍體生香。頂上光現。足下雲生。翱翔于碧落雲漢之間。逍遙於蓬島三山之外。將來碧海桃熟。豈不自樂。縱然桑田變海。亦屬無憂。身同天地之悠久。與日月之光明。歷劫不壞。而萬古長存。此皆修煉金丹。超凡證聖之果也。

# 藥 物 圖

身中本有  
長生藥海  
外原無不  
死方若個  
能將龍虎  
煮功成平  
步上天堂



汞鉛莫向山中覓

龍虎還從身內求

### 藥物說

夫長生大藥。本人人具足。個個完全。世人皆因於愛河慾海之內。醉生夢死之場。漸漸耗散。不知凝聚之法。欲修金丹之士。須當積精爲先。精足而後氣足。氣足而後神旺。則精氣神三寶充足。可以採藥結胎。夫藥有內外之別。內藥者。乃自身中之陰汞也。其性流飛。若非陽鉛制伏。何能凝結一顆黍米之珠哉。所以丹非外藥不成。外藥卽陽鉛是也。生於西南之鄉。曲江之上。虎溪之邊。天地未判之前所種。不論貧富家。

家自有。何分貴賤。人人俱足。至近非遙。不在深山窮谷。而亦不在天上地下。佛經云。不從天降。豈屬地生。卽此義也。若採此藥。不必向天地山川之間而尋。當於同類中求之。則不失本來之道矣。



火候圖說

子

●復

火工初用

初九，三三三三，潛龍勿用。

一陽生，初行火，意要誠心，要定龍德潛藏，勿宜輕進。

丑

●臨

進火得位

九二，三三三三，見龍在田。

鼓巽風，運火功，刹那間滿鼎紅，見龍在田，光遍虛空。

寅

●泰

加火守城

九三，三三三三，乾日乾乾。

天地交，陰陽均，汞八兩，鉛半斤，花女歛袂，嬰兒

抑從。

卯

●

大壯

沐浴  
重淵

九四

三三

或躍

或淵

或淵

水制火，金克木，到斯時宜沐浴，或躍，或淵，存誠。

謹獨

辰

○

夬

九五

三三

飛龍在天

巳

○

乾

上九

三三

亢龍有悔

午

○

姤

初六

三三

履霜，堅冰

未

○

遁

六二

三三

直以方大

申

●

否

六三

三三

含章可貞

酉●觀

六四三三括囊無咎

汞要飛鉛要走至斯時宜謹守把沒底囊括結其口

戌●剝

退火復位

六五三三黃裳元吉

虛其心實其腹宜靜守待陽復動一剎間周天數足

亥●坤

野戰守靜

上六三三龍戰於野

羣陽剝丹光畢至精凝元氣息收拾居中黃裳元吉

## 養火

陰既藏，再生陽，到這裏要隄防。若逢野戰，其血  
玄黃。

古歌曰：聖人傳藥不傳火。從來火候少人知。夫何謂  
不傳，非秘而不傳也。蓋採時謂之藥，藥中有火焉。煉  
時謂之火，火中有藥焉。能知藥而取火，則定裏之丹  
成。自有不待傳而知之矣。然火候之妙，非一。有採藥  
之候，起火之候，煉丹之候，止火之候，沐浴之候，溫養  
之候，等類。夫採藥之候，乃陰極靜篤，一陽初動，恍惚

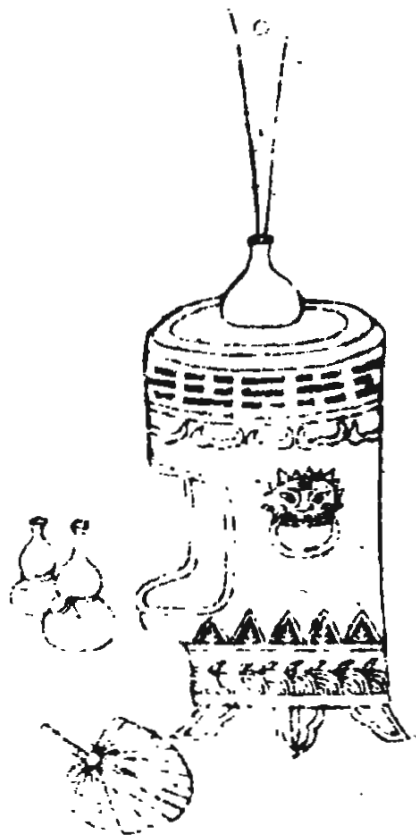
之時。卽純陽真人曰：一陽初動，中宵漏永。魏伯陽真人曰：晦至朔旦，震來受符。白玉蟾真人曰：日圓口訣。明明語時，子心傳果不訛。此皆言採藥之候也。凡煉丹，必須子時而起火，則陽氣正生，火力方全。故陳泥丸曰：十二時辰，須認子。李虛菴曰：一陽動處，初行火。此皆言活子時起火之候也。煉丹之候，自子至巳，進陽火二百一十六。從午至亥，退陰符一百四十四。時逢卯酉，須當沐浴。卽陳希夷曰：子午功是火候，二時活取無昏晝。一陽復卦，子時生。午後一陰生於姤。三

十六又廿四。周天度數同相似。卯時沐浴。酉時同火。候足時休恣意。曹還陽真人曰。子午卯酉定真機。顛倒陰陽三百息。鍾離翁曰。結丹火候。有時刻。蕭紫虛曰。乾坤橐籥鼓有數。坎離刀圭採有時。玉鼎真人曰。入鼎若無漏。刻靈芽不生。時候不正。有何定其斤兩。升降哉。蓋刻漏者。乃出入息也。陳泥丸曰。天上分明十二時。人間分作炁。寸程。若言刻漏無憑信。不會玄機藥。不生金。谷野人曰。周天息數微微數。玉漏寒聲漏漏符。純陽真人曰。安排丹灶煉玄根。進退須知卯。

酉門。然行火之妙，意不可緊。意緊則火炎，意緩則火寒。勿忘勿助，綿綿若存。如是煉至百日，謂之立基。則精已化氣矣。此皆言小周天煉丹之火候也。正陽老祖曰：丹熟不須行火候，更行火候必傷丹。崔公曰：受氣足，防危凶；火候足，莫傷丹。此言丹成當止火之候也。溫養之候，乃十月道胎之功。既入十月之首，必須用大周天，卽純陽真人曰：從今別鼓沒弦琴。正陽真人曰：不須行火候。爐裏自溫溫。此皆言大周天溫養之候也。而火候之說盡在其中矣。

# 爐鼎圖

偃月爐中  
 玉蕊生珠  
 砂鼎內水  
 銀平只因  
 火力調和  
 後種得黃  
 芽漸長成



金鼎燒成不老丹

玉爐煉就長生藥



### 爐鼎說

凡鍊金液大丹。必須安爐立鼎。鼎之爲器。非鐵非金。爐之爲器。非玉非石。其爐也。卽爲生人之地。產藥之鄉。號曰太乙神爐。又曰偃月爐。其中自有天然真火。赫赫長紅。欲成煉丹實腹之功。非此不可。蓋此爐乃得天地之正氣。稟陰陽之造化而成。其質本爲坎而化兌。兌復成坤。歷春秋有五千四百八十日。則藏經發洩。與天地氣候相通。三日出庚之際。蟾光始現。鉛華滿爐。於此之時。逆而修之。則不失天仙之位。其鼎也。

位列乾宮。身本離質。鼎中有木液之陰。乃真汞也。非  
得真鉛相投。無由變化成丹。而能超凡入聖。此大爐  
鼎之謂也。小爐鼎者。乃黃庭爲鼎。氣穴爲爐。綏絡相  
連。卽人身百脈交會之處。烹鍊金丹之地也。

玄 牝 圖

空空還寂  
號玄關一  
氣陰陽從  
此產未遇  
神仙親口  
訣教人何  
處結還丹



雲散碧空山色靜

鶴歸丹闕月輪孤

### 玄牝說

夫身中一竅名曰玄牝。受氣而生。實爲神府。三元之所聚。精神魂魄會於此穴。乃金丹返還之根。神仙凝結聖胎之地。古人謂之太極之蒂。先天之根。造化之源。瀨氣之門。呼吸處。既濟鼎歸根竅。復命關。土釜。華池。神室。曲江。命蒂。氣穴。元海。黃庭。然其名頗多。究而言之。無非玄關一竅也。然在身中求之。外非眼耳口鼻。內非六腑五臟。老子曰。在乾之下。坤之上。震之西。兌之東。坎離水火交媾之鄉。人之一身。天地之正中。

虛閑一穴。空懸黍珠。不依形而立。惟道體而生。似有似無。若亡若存。無內無外。中有乾坤。此竅乃虛無之妙竅。非形質之可窺。在心之下。腎之上。彷彿其內。謂之玄關。先天元氣由此而生。真息由此而起。所謂冥心內觀者。觀此竅也。凝神聚氣者。聚於此竅也。

## 先天一氣論

夫先天一氣乃先於天而有故名先天。所謂先天無形之氣能生有形之天地乃是天地之先天也。能生有形之我者是生我之先天也。故亦曰先天。蓋父母以此氣而育我體。天地以此氣而生萬物。其有形之物莫不皆從此氣而生。人能逆修此氣即可謂長生哉。從古上仙皆得先天之氣而成道者。欲修金丹之士非此先天不可。所謂先天之氣無形可窺。視而不見。聽而不聞。搏而不得。其在杳冥恍惚之中。杳兮冥

兮。中有精兮。精非常精。恍兮惚兮。中有物兮。物非常物。天得之以清。地得之以凝。人得之以靈。然此先天之氣。究謂何物。幽玄莫測。學人無從摸索。我爲玄門通一徑路。使修丹之士。洞達先天之端的。明白一氣之根原。蓋夫父母未生我身之前。一片太虛無形之氣。此乃先天也。既生我身之後。此氣被有形之形體。而障蔽隱躍其中。仙家返本還原之法。卽取此氣。返於我之本處。而復爲先天之體。夫修丹之士。若不明先天之氣。何能盜得天地靈寶。竊得陰陽造化。修成

黍米之珠哉。學者當知先天之氣。實爲金丹之母。有此真種。然後可以烹鍊。而凝結聖胎也。



第一轉修築丹基

一名凝神返觀

欲修仙道。先修人道。所謂人道者。須從五倫上起事。君則忠。事親則孝。兄弟友愛。夫婦和順。朋友信義。立身正直。存心慈悲。人道盡而後。可以言仙道矣。夫修仙者。以煉丹爲主。其修煉工夫。先須養精築基。仙家修築丹基。使丹來有盛奠之地。鑿開闕竅。使丹來無阻碍之途。然必先明丹田。而後有下手工夫。蓋泥丸宮名謂上丹田。其象如口。氣穴名謂下丹田。其象如橐中丹田。卽是黃庭。以其居口橐之中。故謂之鼎。以

其在金木水火之中。故曰土釜。又曰玄關。神室。金鼎。玉爐。中宮。命蒂等類。然其名頗多。無非言此一竅。生則此竅有。死則此竅無。故曰。闕捩子。築基。在此。煉已。在此。結胎。在此。溫養。在此。沐浴。在此。故總名而曰丹基。未生之前。真元俱萃於此。神氣妙合。混沌流通。而無呼吸。又何關竅之不開哉。自有生以後。神氣分散。神自爲神。氣自爲氣。神不內凝。氣不內聚。如此。其竅閉如荷包口。而諸關不通。氣始順出。不能逆轉。所以丹田先要聚神氣於中。以爲凝承鉛氣之本。開關丹

來之路故曰築基。蓋神乃精氣之君。神聚則精氣聚。神散則精氣散。然而神在兩目。經曰。機在目是也。其法須子後午前入密室。密室者不欲大明。大明則傷魂。不欲大暗。大暗則傷魄。密者謂遠囂而避風氣也。於是厚鋪坐褥。使體不倦也。解寬衣帶。使氣不促也。身體疎直。跏趺而坐。使氣不滯也。然後垂簾塞兌。囟叩緊。舌上柱。手握之紋。揜兩膝上。惟用兩目。內視黃庭。精專一志。不容轉瞬。此卽凝神入氣穴也。非用意。注想之謂。只是神氣相依。不致外馳。如氣吸時。心卽

隨之到玄關。氣呼時。心卽隨之到靈臺。蓋觀無所觀。照無所照。而亦未常不觀照也。如此三香下。丹田熱。氣湧沸。自從尾閭由夾脊雙關玉枕。上至泥丸。從明堂華池十二重樓絳宮。降下丹田。其逆轉脊梁骨。如火一線。滾上頭來。不覺下降。甘露滿口。方是行之。久久則精氣俱凝。鼻氣不出。黃河逆轉。關竅都開。一身之精氣。聚於黃庭之中矣。是名曰築基。實則胎息也。神歸氣海。謂之胎。氣入臍輪。謂之息。經曰。內視久視者此也。又曰默叩玄關。千載長存者此也。昔黃帝三月內視。蓋此道也。

第二轉金水鑄劍 一名鍊己

凡男子自離母腹以來陰消陽長直至二八之年乃爲純乾。陰精未產陽氣充足此時若遇明師指示修煉便可入室結胎不必煉已十六以後陰精漸產陽氣日消蓋九三之陽而奔於六二之中乾乃含陰而成離。坤反負陽以成坎。不論走失與不走失而卦象一翻乾體破矣。所以必要煉已完我當初二八之本無少欠缺然後可以結胎不然恐破壞之身難禁眞火之煉非徒無益而且有損也。然鍊已必用三年者

蓋陽火五日一候發之，而一月有六候，一年七十二候，積三年所算二百一十六候，則乾之策數補足矣。一候不足，卽非鍊已之全功，是當如此而後可。全天地之氣運，其鍊已工夫當以人身癸生之時爲初一日，子時數起，至三十時正當初三日巳時，然不可於巳時採取，當於卯時將盡採取爲是。太早則有質而無用，太遲則質生亦無用，妙哉！先後之間，此時陰質方盡，陽氣正生，水清月白，一輪瑩淨，當急採之。法象震卦三藥苗正新也。經曰：三日哉生明。契曰：三日月。

出庚是也。此乃丹家大火候煉已時用之。然而結胎亦用之。則鼎之先天後天不同耳。此卽易云後庚三日結胎之正火候也。正是壬配甲也。初三至初八又爲一候。陽氣發洩在酉後宜急採之。法象兌卦三契曰八日兌行是也。初八至十三又爲一候。陽氣發洩在午中當急採之。法象乾卦三契曰乾滿甲是也。十三至十八又爲一候。陽氣發洩在申初當急採之。法象巽卦三契曰巽見平明是也。十八至二十三又爲一候。陽氣發洩在丑初當急採之。法象艮卦三契曰

艮直丙南是也。二十三至二十八又爲一候。陽氣發洩在亥末。當急採之法。象坤卦三。契曰。坤乙東方是也。此時正是火虛居戌。所謂先庚三日丁也。悟真篇云。須要製服覓丁公。蓋是言也。此是煉已第一火候。正是癸醜乙也。二十八至初三又爲一候。如環之無端。始終只此六候。轉輪除此六候外。別無火候矣。蓋天地尙不出六候外。別無化機。人能違乎。此皆自然之妙。從古上仙莫不秘之。丹經未常少洩。我今洩漏盡矣。然此煉已火候。月月皆然。而三年亦不異也。



第三轉採藥歸壺

一名坎離交媾

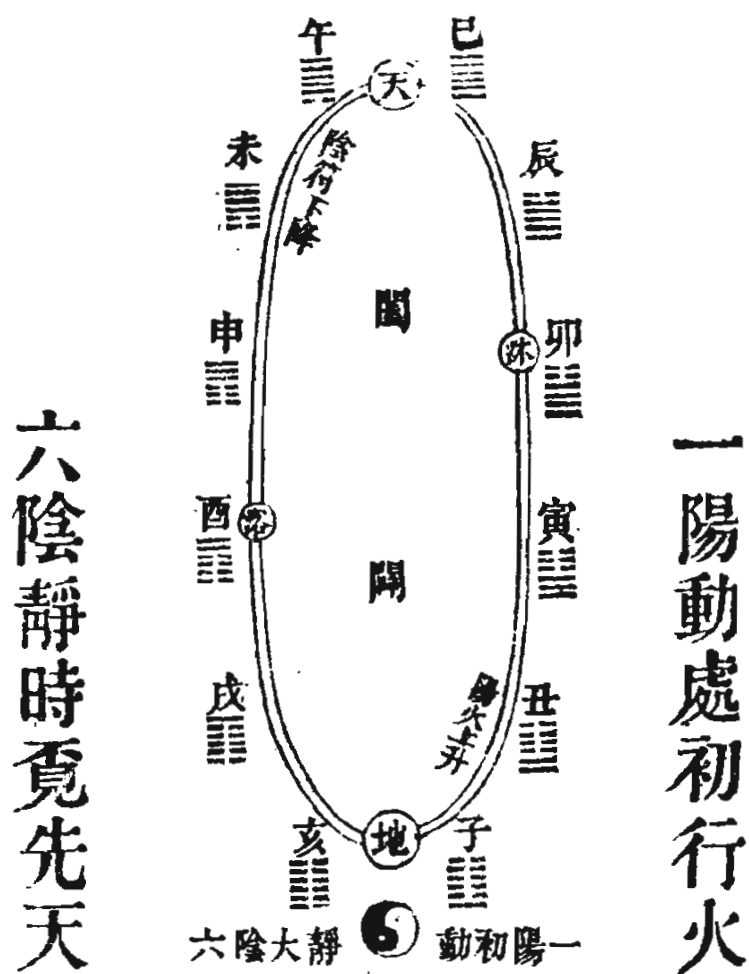
夫三年煉已純熟，萬緣俱靜，心已寂然，不動劍已感而遂通，方可入室採藥。採藥者，採天地未判之氣，鍊混沌虛無之精，待彼一陽初動之時，先天真鉛將至，其時藥苗方新，鉛花正露，一輪蟾光照於西川，當急採之。苟若稍先，則藥嫩氣微，無以配合成丹。稍遲，則藥老生質，若質一生，乃後天有形之物，非先天至寶，採之亦無可用。故曰亥子中間得之最真，斯時也，法坎離顛倒之妙，效金木升沉之用，使水火既濟，天地

交泰陰陽會合鉛汞相投。彼感我應，彼動我受。各懷  
真土，採天地之靈氣，奪陰陽之造化。半個時中，息行  
周天度數。而當此之時，則我之一身精氣不動，只於  
內腎之下，運一點真汞以迎之。則坎內之真陽歸於  
離宮，而復爲乾體矣。當其真鉛入鼎之時，須要驅除  
雜念，奮速精神，目視頂門，用志不分。霎時龍虎交戰，  
造化爭馳。雷轟電掣，撼動乾坤。百脈悚然，九宮透徹。  
金晶灌頂，銀浪衝天。少頃玉鼎湯溫，金爐火散。黃芽  
遍地，白雪漫天。夫唱婦隨，龍吟虎嘯。陰戀陽魂，陽抱

陰魄鉛精汞髓結如黍米凝於黃庭丹鼎之中矣此  
際玄珠成象正是神仙抽坎填離顛倒之功卽尹真  
人曰陽丹結在陰海中猶如坎內一畫同擒來離內  
溫溫養此是神仙顛倒功蓋夫世人但知順去生人  
生物之理而誰識得逆來成仙成佛之妙哉

# 周天火候圖

一爻看過  
一爻生抽  
添火候絕  
思塵陽文  
陰武依加  
減一顆還  
丹火裏成



#### 第四轉運火煉丹

一名鍊精化氣又名小周天

金丹大藥，生於杳冥恍惚之間，以法攝之而歸我身。則真氣既歸我身，必有薰薰如醉之意，滿目春光，一身和暢，然後起火煉丹。惟此金丹，全憑火候成功。晝夜烹煉，勿可毫髮差殊。前轉採得先天真種，凝結於黃庭丹鼎之中，形如黍米。此謂之結丹頭，須藉火候，漸漸烹鍊，漸漸凝結，則火足藥熟，方成一粒金丹。蓋煉丹之法，當於子時陽氣生而起火，其火候方全。若餘時起火，外火雖行，內符未應，是謂日月失道。陳朝

元曰十二時辰須認子張鴻濛還元篇云十二時中子作頭搬添運用不停休須識丹田有物始可陽爐發火卽恍恍惚惚其中有物是物也其用大矣哉天地賴以判萬物賴以出聖人用之以成道神仙用之以作丹卽爲生物之祖大道之根源也是物將生謂之活子時。參同契曰動靜有早晚故所以稱子時之活也。活子時者卽動機也。一陽動於六陰之下神仙於此時而作丹進陽火三十六法象復三三卦此時言身中陽氣發動之初如復卦之一陽生也丑時進

陽火三十六法象三三臨卦陽氣漸漸開明將欲上升寅時進陽火三十六法象三三泰卦此時陽氣上升正駕動河車搬歸鼎內不敢停畱時也卯爲木旺之地不進陽火沐浴三十六法象三三大壯身中陽火方半氣候停勻運火至此須防鉛飛汞走故不進火惟沐浴溫養而已辰時進陽火三十六法象三三夬卦陽氣升上逼近天際巳時進陽火三十六法象三三乾卦此時陽火盛極其數圓滿陽極則陰生午時退陰符二十四法象三三姤卦此時陰符下降之

始也。未時退陰符二十四法象三三遯卦。陰符漸降。漸下。申時退陰符二十四法象三三否卦。陰符愈降。愈下。猶三陰肅殺之時也。酉爲金旺之地。沐浴二十四法象三三觀卦。此時身中陰符過半。降而入於丹田。退符至此。須當停符。正防其危險也。戌時退陰符二十四法象三三剝卦。陰符將盡。亥時退陰符二十四法象三三坤卦。陰符窮極。則寂然不動。反本復靜。此謂之一周天煉丹之士。當其六陰窮極之時。疊足端坐。塞兌垂簾。含光默默。返照於內。致虛極。守靜篤。



不可以一毫思慮加於其間。當其寂然不動，萬慮俱泯之時，河海靜默，山嶽藏烟，日月停景，璇璣不行，八脈歸源，呼吸俱無。既深入於窈冥之中，竟不知天之爲蓋，地之爲輿，亦不知世之有人，已之有軀。昏昏默默，如臨萬丈不測之淵。此乃神氣歸根，身心復命，金液凝結之時。其時猶萬物歸根，閉塞成冬。冬雖主藏，而一歲發育之功，實胚胎於此。特閉藏無跡，人不得見耳。先王此日閉關，商旅不行，以順其天道也。卽呂祖所謂向晦冥息，神氣既已歸根，靜極陽生，迨夫天

機一動自然無中生有變而爲復三三似此周而復始循環無端如天地之運寒暑如日月之行黃道晝夜往來周流不息上下反覆無有窮已人身首乾而腹坤儼如天地其氣上升下降亦如天地內指通玄秘訣云日月常行赤黃道衆真學此作還丹其法卽與天地無異然其所以效日月之運用與天地同功者其要在乎任督二脈蓋任督二脈爲一身陰陽之海五氣真元此爲機會任脈者起於中極之下以上毛際循腹裏上關元至咽喉屬陰之海督脈者起於

下極之腧，並於脊裏上，至風府入腦上巔，循額至鼻柱，屬陽脈之海。鹿壽長生，五百歲爲白鹿，千歲爲青鹿，蓋能通其督脈也。如龜鶴蟾蜍皆壽千歲，蓋能通其任脈也。人能通此二脈，則百脈皆通，自然周身流轉，無停壅之患，而長生久視之道斷在此矣。純陽真人詩曰：時人若要學長生，先是樞機晝夜行。玉芝書云：東轉西流人莫測，地騰天降鬼難知。劉虛谷還丹篇云：下降上升循轂軸，左旋右覆合樞機。翠虛篇云：晝運靈旗夜火芝，抽添運用切防危。王玉陽雲光集

云、斡運內丹、憑火候、載般烏兔、走瓊輪、不過皆此道也。佛氏謂之轉法輪、仙家謂之運周天、蓋周身上下陰陽升降之正路也。凡運周天之際、須要外除耳目、內絕思塵、一點真神、領氣循環、一意馭二氣、更不可起於他念、若稍有他念、則氣散於別絡、是空轉無益也。夫周天運火、功程夜以繼日、工夫不輟、則一日之內、百刻之中、切忌夢寐之昏迷、須防火候之差失、是以行住坐臥、須要念茲在茲、自然火候不致虧缺、陳泥丸曰、行坐寢食、總如斯、惟恐火冷丹力遲、奚可須。

與間離哉。所以無一日之可廢工，無一時之可偷怠。漸採漸煉，漸凝漸結，如是不過百日，則精不漏而返爲氣矣。謂之立基。鼎內金丹已熟，急宜止火。正陽老祖曰：丹熟不須行火候，更行火候必傷丹。其金丹將成之時，必有證驗：兩腎如湯煎，膀胱如火熱，丹田暖信，龜縮不舉，是也。夫靈龜不舉，方爲金丹有成。如或微動，不可認成，必須火候煉之。若不煅煉，則氣嫩而力微，難以冲關。須待有冲關之景，而後可移。既然有景，火候當止。若再妄行，金丹已成而被火逼散，依然

是個凡夫此當慎之兩眉之間號曰明堂乃陽光發現之處其發現之時恍如掣電虛空生白是也當煉丹之時卽有陽光一現之景斯時也火候未全淫根未縮一遇陽生仍當採鍊務期圓滿三百周天之限數而後已限數已滿惟宜入定培養其陽靜候陽光之二現由是於靜定之中眉間又掣電光虛空生白卽此陽光二現正是止火之景止火之候也是時三百周天之限數恰恰圓滿龜縮不舉之外景次第呈驗其時縱有動機亦須去其爐火更宜入定以培養

其真陽靜待陽光之三現。若陽光三現，靈劍倒矣。卽如來所謂馬陰藏相。此時真陽團聚，大藥純乾，金丹已熟，方得陽光三現。光旣三現，則氣穴丹鼎之內，已有金丹可取。當用採取之法，運過脊後三關，所謂一箭射透九重鐵鼓，而後還於中宮。自此而前，皆有爲有作，修命之功也。

第五轉靈丹出爐

一名採取過關

前面火候已足，則純陽真氣凝聚於鼎中，名曰金液。還丹取而服之，以養道胎。丹經曰：馳騁英雄吞一粒，男兒懷了一年胎。夫丹既鍊熟，須用七日採工，始得金丹出爐。丹經曰：七日口授天機，是也。卽儒所謂七日天心來復之義。其取金丹之法，宜當入定而專用眸光之功。陰符經曰：機在目，是也。故世尊曰：心目所在，是以日間用雙眸之光，專視中田；夜間用雙眸之光，守畱不怠。如是以取之，則金丹自出，大藥自生。慧



命經曰靜照者卽取金丹之正功。不靜則不生發。不照則不出爐。金丹將出爐之際。先有六根震動之景。祇知眼吐金光耳後風生鼻有氣搐身有湧動腦後有鷺鳴丹田火珠馳是爲六種動矣。大率採丹至於三四日間真定未定之時六景卽次第而現。若用工至於五六月間真意一定則金丹已出爐矣。故七日之期亦大概而言之。金丹旣已出爐卽宜過關服食遷入中田以化陰神。當其未食金丹之先有蹊路之危險須防金丹漏泄。夫尾閭界地有四通岐路上通

心位前通陽關後通尾閭谷道陽關尾閭二竅髓實呼吸不通而谷道一竅虛而且通乃氣液皆通之熟路尾閭谷道一虛一實故名下鵲橋乃危險之地自尾閭關上夾脊關至玉枕三竅與鼻上印堂之類髓實俱塞呼吸不通鼻下二竅虛而且通乃呼吸往來之路印堂鼻竅一實一虛故名上鵲橋亦危險之地切宜預爲防之可憐費盡千辛萬苦煉成金丹至此廢盡豈不痛乎金丹旣成須當過關務先運動河車而超脫之更當六門不漏以相助其轉軸故下用木

座抵住谷道，所以使身根不漏也。上用木夾牢，封鼻竅，所以使鼻根不漏也。含兩眼之光，勿令外視，所以使眼根不漏也。凝兩耳之韻，勿令外聽，所以使耳根不漏也。齒唇相合，舌抵上腭，所以使舌根不漏也。一念不生，一塵不染，所以使意根不漏也。既然六根不漏，可爲防險之至密矣。夫金丹之在於氣穴間，流動活潑，自能飛昇，上騰一路，皆有晃耀虛白，其上騰於心位，心位不貳，自轉向下田界地，而前冲陽關、陽關已閉，自轉動下田界地，而後冲夫尾閭，尾閭不通，必

自轉動由尾閭而下奔谷道。谷道易開，大藥洩出則前功廢矣。此下鵲橋之危險也。故務用木座覆棉，取軟坐抵谷道，其勢上聳，不使金丹大藥下奔。既爲外固之有具，又有內固之法。金丹既冲尾閭不透，自又轉動而勢又下奔於谷道，其勢纔見下奔，卽微微輕撮谷道以禁之。斯爲內固之至嚴矣。內外如此嚴固，自能保全，不至下奔谷道。祇附尾閭遇阻而不動，斯時也。若用真意導引，則失唱隨之機。縱導引則失唱隨之機，縱導引頻頻終難過關，故有善引之正功焉。

纔見其遇阻不動卽一意不生凝神不動動而後引不可引而使動忽又自動冲關卽隨其動而有兩相知之微意輕輕引上自然度過尾閭而至夾脊矣關前三竅髓阻不通金丹遇阻不動惟是一念不生凝神不動以待其動忽又自動冲關隨其動機而又兩相知之微意輕輕引上自然度過玉枕直貫頂門向前引下至於印堂印堂髓阻不通自轉動而妄行於鼻之虛竅矣若非木夾爲之關鎖豈不洩乎幾乎又廢前功矣此上鵲橋之大危險也故木夾之用不可

不預爲防也。預防有具，則金丹不至於外馳鼻竅，抵附印堂，遇阻而不動矣。惟是一意不生，凝神不動，以待其動，忽又自動，卽隨其機而有兩相知之微意，輕引下，自然度過印堂，降下十二重樓，猶如服食必入於丹田神室之中。霎時雲騰雨施，電制雷轟，銷成一身之陰，滌除一身之邪，乃爲純陽之體。再加十月溫養之功，則變化通靈，不可盡述云。

第六轉溫養道胎

一名鍊氣化神又名大周天

道胎初凝，必須常常覺照。時時守護，如龍之養珠，女之懷胎，牢關神室，不可使之滲漏。卽行大周天之火，以養其胎。蓋前煉丹時，乃用小周天之武火。此養胎時，當用大周天之文火。小周天火候，有進退，有沐浴，有度數。大周天，無進退，無沐浴，無度數。卽純陽真人曰：從今別鼓沒弦琴。惟此大周天一場，大有危險。何也？蓋大周天火候，以無爲爲主。若稍一毫涉於有，豈非危險乎？卽正陽老祖云：一年沐浴防危險。夫火候

之要全在念意上用功。故念不可起，念起則火炎意不可散，意散則火冷。惟要一念不生，一意不散，含光默默，真息綿綿。斯謂之火種，種相續，丹鼎常溫。無一息之間斷，無毫髮之差殊。此乃長養聖胎之真火候也。卽張三丰曰：勿忘勿助，養靈胎。張紫陽曰：漫守藥爐，看火候。但安神息自天然。陳泥丸曰：火雖有候，不須時。些子機關，我自知。廣成子曰：丹灶河車休矻矻，鶴胎龜息自緜緜。白玉蟾曰：心入虛無行火候。王重陽真人曰：胎既凝，養以文火安神定息，任其自然。此



皆言文火之妙也如是守養三月則二氣之動機甚微但微微動於臍輪之虛境而已若守至四五月間則二氣因元神之寂照以致食味已盡而皆歸定機元神因二氣之培育以致陽明不昧而得證真空二氣俱定食性已絕獨存一寂照之元神以爲胎仙之主矣若更守至六七月間不但心不生滅而且昏睡全無守至八九月間寂照已久百脈俱住二氣歸根是時外景頗多或見有奇異等事但以止念掃去萬勿應他應卽着魔矣直待十月胎滿神歸大定於是

定能生慧。自有六通之驗矣。六通者。漏盡通。天眼通。天耳通。宿命通。他心通。神境通。是也。蓋天眼通則能見天上之事。天耳通則能聞天上之言。宿命通則能曉前世之因。他心通則能知未來之事。惟是神境一通。乃識神用事。若不保伏心君。卽爲識神所轉。卻自喜其能修能證。而歡喜魔已入於心矣。由是喜言人間之禍福。喜言未來之事機。禍不旋踵而至矣。惟是慧而不用。則能轉識成智。始證胎圓之果也。

第七轉調神出殼

十月胎圓火足神全。不可久畱於胎。故須神念湧出頂門。以超內院。宜用遷法。由中下而遷於上丹田。存養存養功純。卽有出定。景到忽於靜定之中。見空中雪花紛飛。此乃出定之時。斯時也。卽當調神出殼。當出不出。則滯於法身。無神通之變化。所謂壽同天地。一愚夫耳。蓋出神之時。離凡軀一二尺。慎勿驚恐。一切莫認。直等一輪金光圓滿。卽速依然收歸泥丸。初出之時。或見仙佛菩薩。美異之景。切不可認。此乃魔

之變化若認卽着於魔爲魔所誘迷失自軀無歸宿矣。須當遂出遂入勿宜遠遊。此時元神未老不可輕縱遠出。然後養純一七。再出又至二七。再出至三七。再出七七。一出此謂之乳養出而爲超脫之景。收而爲乳哺之工。喻兒出母腹雖具人形不能遠行。全藉母恩朝夕侍養而後則能神通廣大矣。

第八轉嬰兒乳哺

一名鍊神還虛

夫陽神既出金丹之道畢矣。蓋此時陽神雖出，尙未老成。如嬰兒之初生，雖具人形，智識未全，須藉母恩，朝夕侍養，所以必須三年乳哺。陽神始得老成乳哺者，將所出之神收復歸於泥丸。泥丸一宮本是陽神歸復之地，神既歸復，須藏以玄玄，守以默默。始則藉坤母黃芽以育之，繼則聚天地生氣以哺之。此感彼應，其中自呼自吸，自由自在。若神仙逍遙於無何之鄉，似如來禪定於寂滅之海。雖然到此地位，須要心

地光明。毋令六賊所侵。煩惱所亂。若坐若卧。常施瑩  
淨之功。時行時止。廣行修持之力。遂得六門不漏。一  
道常存。如龍養珠。如母育子。不可頃刻暫忘。刹那失  
照。鍾離翁云。孩兒幼小。未成人。須藉慈母養育。恩三  
年九載。人事盡。縱橫天地。不由親。此時陽神未壯。譬  
如嬰兒幼小。必須乳哺。故有乳哺之名。實則靜養也。  
卽釋所謂禪定寂滅。或一定三年。或一定九載。一點  
金光。真火收藏於內。日久月深。則凡軀亦化爲氣神。  
既妙。而形亦妙矣。

第九轉面壁還元

一名鍊虛合道

始則有作採藥鍊丹以修命終於無爲面壁還元以修性此乃性命雙修之道也夫面壁者深居靜室端拱默默一塵不染萬慮俱忘無思無爲任運自如無視無聽抱神以靜直至九載功成形神俱妙跳出五行之外返於無極之先方與太虛同體空空無碍入水火而不害步日月而無影聚則成形散則成氣隱顯莫測變化無窮雖然到此地位還須混俗和光積功立德處凡塵而不同俗流居濁世而莫測行藏行

時時之方便。濟人利物。作種種之陰功。救厄扶困。接引後學。普度羣生。修到三千功滿。八百行圓。自有丹書宣詔。白鶴來迎。飛昇金闕。朝謁玉京。名登紫府。位列仙卿。九玄七祖。天界同登。翱翔碧落。逍遙蓬瀛。此方爲大丈夫功成名遂之日也。



面壁坐禪圖

神火化形空色相

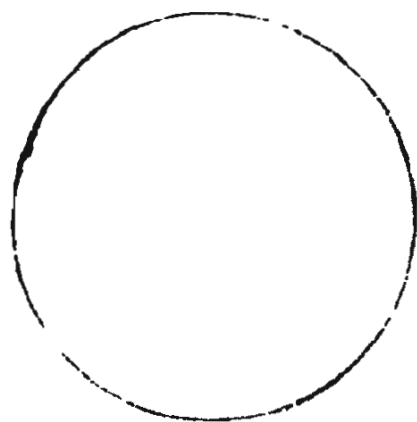
性光返照復真元



虛 空 圖

不生不滅

無去無來



煉到形神俱妙處

誰知父母未生初

立命篇

七言四韻一十六首

其一

爲度衆生出愛河慙慙作此一篇歌功名富貴黃梁  
夢夫婦恩情綠水波百歲韶光猶快箭兩輪日月似  
飛梭叮囑世上修行客好把汞鉛兩調和

其二

幼讀悟真好學仙年方十七悟玄玄才知精氣三分  
藥始識先天一片圓顛倒陰陽吞海月媾交龍虎飲

甘泉有人會得詩中意飛入蓬萊洞裏天

其三

虎龍遠隔路幾千全仗黃婆一意牽自向海中擒玉  
兔好從火裏種金蓮蓬山養就長生體慾海鍊成不  
老仙撒手紅塵登別路踴身直上大羅天

其四

庚方月出半輪明纔見先天一氣生須配陰陽爲匹  
偶好將嬰姤作親情坎離顛倒人難識天地交通道  
始成一點真金憑火熟從茲有路到蓬瀛

其五

大道玄機意最深金鉛木汞別浮沉採尋坎穴幾分  
白填補離宮一片陰從此姓名歸紫府於今凡骨化  
黃金潛身只待功行滿丹詔飛來上碧岑

其六

兌卽白兮震木青兩情相戀入黃庭虎龍蟠聚丹初  
熟牛女會交神自靈四象五行全藉土三元一氣莫  
離丁金丹信道是何物原屬坎中一畫形

其七

大藥生來太極先不產海上并山川家家自有長生  
酒箇箇懶修物外緣有質有形非妙道無名無象卽  
先天人須人度真奇巧衣破衣填理亦然

其八

順生萬物逆成仙妙訣從來豈浪傳父母生前窮至  
道乾坤交後結胎圓蟾光朗照西川地兔魄返居北  
斗天三五一輪金水足伫看明月出深淵

其九

時人若要學飛仙先奪陰陽造化權水火爐中烹日

月坎離鼎內別坤乾  
青衣姹女駕龍出白面  
郎君跨虎顛丹熟自然  
光赫赫圓明一顆法無  
邊

其十

潭底老龍鎮日眠  
莫教飛上碧瑤天  
泉分坎腹金鉛現  
月白山頭大藥鮮  
子午抽添行火候  
陰陽呼吸運真銓  
用工晝夜勤烹煉  
從此靈丹漸漸圓

十一

陰極陽生正子時  
曲江有藥可採之  
搜尋虎穴千金寶  
栽接龍宮五色芝  
酒熟鄰家憑我醉  
花開隔徑與

立命篇

誰知一朝收得先天種男腹懷胎莫笑癡

十二

金烏玉兔各東西遠隔天樞道不齊戊己爲媒能勾  
合陰陽相會作夫妻龍吞虎髓產眞寶汞得金華出  
污泥一點靈光通世界衆仙共慶赴瑤池

十三

金鼎安排煑玄英大藥無非神氣精起火晨昏須認  
候封爐卯酉細分程玉壺滴滴定消息丹竈溫溫排  
甲庚十月聖胎功滿足陽神脫殼上瑤京



十四

一粒還丹功最深登雲有路復何尋脫離塵網歸蓬  
島跳出樊籠入上林要學神仙無別訣鍊烹同類水  
中金天機玄妙我都洩幾箇凡夫向道心

十五

滄海桑田多變更莫如訪道去修行須知世事猶棋  
局堪笑人生不夢驚若是君身無俗骨何妨燒藥學  
長生爐烹九轉靈丹熟穩跨翔鸞入太清

十六

立命篇

今得人身豈偶然須知前世種因緣回頭早出紅塵  
界立腳休墮苦海邊一顆金丹雲外路九年面壁靜  
中禪功成跨鶴昇天去畱得姓名萬古傳

道藏精華第四集之三

(全集精裝三冊定價一一五〇元。不分售)  
平裝七冊定價一〇〇〇元。可分售)

總主編者 文山遜叟蕭天石

原註者

歷代古真

增訂者

(名見各書不具列)  
太乙山人

版權所有  
翻印必究

出版者

自由出版社  
台北郵政信箱八六五號  
郵政劃撥〇〇〇三三八九一四號

電話：九一一二〇三六九一四

發行人

曹哲士

本社登記  
證字號

行政院新聞局  
版台業字第〇五七五號

中華民國七十八年五月

